18. ULUSLARARASI SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ®

07 - 09 Kasım 2020

-2020- ONLINE -KONGRE-

ÖZET METİN KİTABI

www.sbk2020.org

ORGANİZASYON SEKRETERYASI
burkon TURİZM & KONGRE
+90 444 9 443
onur.oral@burkon.com

BİLİMSEL İLETİŞİM
Dr. Süleyman Patlar
E-Posta : spatlar@gmail.com
Selçuk Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi, Konya

18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi

18. International Sport Sciences Congress

---

07 – 09 Kasım 2020

7th – 9th November 2020

ÖZET METİN KİTABI

BOOK of ABSTRACTS

ISBN no: 978-605-74924-3-2

Saygıdeğer Katılımcımız,

Spor Bilimleri Derneği'nin organizatörlüğünde **07-09 Kasım 2020** tarihleri arasında **online** olarak düzenlenen **18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'ne** sizleri davet etmekten büyük mutluluk duyduk.

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 600 civarında ulusal ve uluslararası spor bilimci, yönetici ve uygulamacının katılımı gerçekleşmiştir. 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, düzenlenen sempozyumlar, paneller, çalıştaylar gibi bilimsel ortamlarda tartışılmıştır.

Saygılarımla,

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY
Kongre Başkanı

Dear Distinguished Participants,

We have been more than pleased to host you in the **18th International Sport Sciences Congress** has been organized as online congress, between November **07th - 09th November 2020** 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 600 national and international sport scientists, managers and practitioners participated in 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 has been discussed during the congress in the scientific symposia, panels and workshops has been organized within the context of education, health, science and social sciences data.

Yours sincerely,

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY
Chairman of the Congress

Kurullar

Kongre Onur Kurulu

Dr. Mehmet Muharrem KASAPOĞLU - Gençlik ve Spor Bakanı
Prof. Dr. Uğur ERDENER - Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi Başkanı, Uluslararası Olimpiyat Komitesi Asbaşkanı
Prof. Dr. Burhanettin Hacıcaferoğlu - İstanbul Gençlik ve Spor İl Müdürü
Yavuz GÜRHAN - Antalya Gençlik ve Spor İl Müdürü V.
Ersin YAZICI - Antalya Valisi
Muhittin BÖCEK - Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı
Prof. Dr. Özlenen ÖZKAN - Akdeniz Üniversitesi Rektörü
Aydın ERGÜN - Aksu Kaymakamı
Halil ŞAHİN - Aksu Belediye Başkanı

Kongre Organizasyon Kurulu

Mehmet GÜNAY - Gazi Üniversitesi (Kongre Başkanı)
Mitat KOZ - Ankara Üniversitesi
Gülfem ERSÖZ - Ankara Üniversitesi
Sebahattin DEVECİOĞLU - Fırat Üniversitesi
Timuçin GENCER - Ege Üniversitesi
Sami MENGÜTAY - Fenerbahçe Üniversitesi
Ali Ahmet DOĞAN - Kırıkkale Üniversitesi
Erkan Faruk ŞİRİN - Selçuk Üniversitesi
Murat KALDIRIMCI - Atatürk Üniversitesi
Süleyman PATLAR - Selçuk Üniversitesi
Fatih KILINÇ - Akdeniz Üniversitesi
Burhanettin HACICAFEROĞLU - İstanbul Gençlik ve Spor İl Müdürü

Kongre Sekreteri

Dr. Süleyman PATLAR - Kongre Genel Sekreteri

Kongre Sekreter Yardımcıları

Dr. Akın ÇELİK
Dr. Serdar ELER
Dr. Funda KOÇAK
Dr. Ayça GENÇ

Sekreterya

Özgün PARASIZ
Kadir KESKİN
Okan Burçak ÇELİK

Spor Bilimleri Derneği Yönetim Kurulu

Mehmet GÜNAY
Mitat KOZ
Sebahattin DEVECİOĞLU
Gülfem ERSÖZ
Timuçin GENCER
Erkan Faruk ŞİRİN
Sami MENGÜTAY
Murat KALDIRIMCI
Ali Ahmet DOĞAN

Spor Bilimleri Derneği Onur Kurulu

Birol DOĞAN
Hatice ÇAMLIYER
Yavuz TAŞKIRAN
Spor Bilimleri Derneği Denetleme Kurulu
Mürsel BiÇER - Gaziantep Üniversitesi
Tahir HAZIR - Hacettepe Üniversitesi
Cengiz AKALAN - Ankara Üniversitesi
Spor Bilimleri Derneği Önceki Başkanları
Caner AÇIKADA
Yavuz TAŞKIRAN
Hasan KASAP
M. Ferit ACAR
Birol DOĞAN
Haydar DEMİREL
Gıyasettin DEMİRHAN

Bilim Kurulu Başkanı

Dr. Mitat KOZ

Bilim Kurulu

Dr. A. Azmi YETİM	Dr. Hamed ABBASSI IRN	Dr. Musa Selimi KOS
Dr. A. Haydar DEMİREL	Dr. Murat TAŞ	Dr. Mürsel BİÇER
Dr. Abdülkerim Kasım BALTACI	Dr. Halil İbrahim CİCİOĞLU	Dr. Müslüm BAKIR
Dr. Aina CHALABAEV FR	Dr. Hans Georg PREDEL GER	Dr. Nadhim AL-WATTAR IRQ
Dr. Ali Ahmet DOĞAN	Dr. Harald TSCHAN AUT	Dr. Naito HİSASHİ JAP
Dr. Ali KIZILET	Dr. Hasan KASAP	Dr. Neagu NICOLEA ROM
Dr. Alin LARİON ROM	Dr. Hayri ERTAN	Dr. Nefise BULGU
Dr. Amir SHAMS IRN	Dr. Herbert WAGNER AU	Dr. Neil AMSTRONG ENG
Dr. Andrew JONES UK	Dr. Hiroyuki NUNOME JAP	Dr. Nevzat MİRZEOĞLU
Dr. Andriy VOVKANYCH UKR	Dr. Hürmüz KOÇ	Dr. Nikolaos DİGELİDİS GRE

Dr. Antonio Paoli IT
Dr. Arslan KALKAVAN
Dr. Athanasios G. PAPAİOANNOU GRE
Dr. Atilla PULUR
Dr. Axel KNICKER GER
Dr. Aysel PEHLİVAN
Dr. Ayşe Kin İŞLER
Dr. Baki YILMAZ
Dr. BİLGE DONUK
Dr. Birol DOĞAN
Dr. Branislav ANTALA SK
DR. Brett SMITH UK
Dr. Bryan McCORMICK ABD
Dr. Burhan CUMRALIĞİL
Dr. Bülent AĞBUĞA
Dr. Canan KOCA ARITAN
Dr. Cecilia GEVAT ROM
Dr. Cengiz ARSLAN
Dr. Christian WACKER GER
Dr. Christoph BREUER GER
Dr. Christopher BELL USA
Dr. Cristoph RASCHKA GER
Dr. Çetin YAMAN

Dr. Hüseyin KIRIMOĞLU
Dr. Hüseyin ÜNLÜ
Dr. Ian HAEZLEWOOD AU
Dr. Ian Heazlewood
Dr. Ian Jones UK
Dr. Ioan TURCU RO
Dr. Ivo JIRASEK CZ
Dr. İbrahim Bülent FİŞEKÇİOĞLU
Dr. İbrahim YILDIRAN
Dr. İfet MAHMUTOVİÇ BİH
Dr. İlhan TOKSÖZ
Dr. İlker YILMAZ
Dr. James HARDY ENG
Dr. Jayne CAUDWELL UK
Dr. Jean COTE CAN
Dr. Jeffrey MARTIN USA
Dr. Jim PARRY ENG
Dr. Jonathan FOLLAND UK
Dr. Jorn Wulf Helge DK
Dr. Josef HACKFORTH GER
Dr. Jurgen BUSCHMANN
Dr. Kadir PEPE
Dr. Kairat ZAKİRYANOV KAZ

Dr. Nimet H. KORKMAZ
Dr. Norbert MÜLLER GER
Dr. Nurettin KONAR
Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Özcan SAYGIN
Dr. Paul G. SCHEMPP ABD
Dr. Perican BAYAR
Dr. Peter BONOV BUL
Dr. Peter HASTİE USA
Dr. Peter SPITZENFEIL GER
Dr. Phillip WARD USA
Dr. R.Timuçin GENÇER
Dr. Rana VAROL
Dr. Razvan ENOİU ROM
Dr. Renato MANNO ITA
Dr. Reza RAJABİ IRN
Dr. Robert C. SCHNEIDER USA
Dr. Robert SCALES USA
Dr. Roger ENOKA USA
Dr. Rüçhan İRİ
Dr. Saeid Dabbagh NIKOUKHESLAT IRN
Dr. Salih PINAR
Dr. Sami MENGÜTAY

Dr. Dana BADAU ROM
Dr. Daniela DASHEVA BUL
Dr. Danyel REİCHE GER
Dr. David TOD UK
Dr. Dusan MITIC RS
Dr. Dusko BJELİCA MNE
Dr. Eddie TAKCHING LAM USA
Dr. Edward COYLE USA
Dr. Ekrem ÇOLAKHODZIÇ BiH
Dr. Ekrem Levent İLHAN
Dr. Elizabeth C.J. PİKE UK
Dr. Emanuele ISIDORI ITA
Dr. Emine ÇAĞLAR
Dr. Erdal ZORBA
Dr. Erdinç ŞIKTAR
Dr. Eric MUELLER AUT
Dr. Erkan Faruk ŞİRİN
Dr. Erkut KONTER
Dr. Erman ÖNCÜ
Dr. Erzhan MAKHANBET KAZ
Dr. F. Filiz ÇOLAKOĞLU
Dr. F. Hülya AŞÇI
Dr. Fadıl MAMUTİ MKD

Dr. Kanat CANUZAKOV KRG
Dr. Karyn HAMILTON USA
Dr. Kaukab AZEEM KSA
Dr. Kaukab AZEM-IND
Dr. Kemal TAMER
Dr. Khaled EBADA EGY
Dr. Kirk WAKEFIELD USA
Dr. Konstantinos GEORGİADİS GRE
Dr. Kostas ALEXANDRİS GRE
Dr. Kürşad Han DÖNMEZ
Dr. Latif AYDOS
Dr. Laurentiu-Gabriel Talaghir RO
Dr. Li Chun Yen TW
Dr. M. Levent İNCE
Dr. M. Settar KOÇAK
Dr. Mahmood GOUDARZİ IRN
Dr. Manfred LÄMMER GER
Dr. Marcia De FRANCESCHİ NETO BRZ
Dr. Margot NIESSEN GER
Dr. Martin LAMES GER
Dr. Martin Roderick UK
Dr. Mary O'SULLİVAN IRL
Dr. Matthew P. BUMAN USA

Dr. Scott POWERS USA
Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Selda BEREKET
Dr. Selma KARACAN
Dr. Sema ALAY ÖZGÜL
Dr. Seyhan HASIRCI
Dr. Shams MUSTAFAYEVA AZE
Dr. Simon CHADWİCK UK
Dr. Simona PAJAUJIENE LT
Dr. Stevo POPOVİC MNE
Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Dr. Süleyman PATLAR
Dr. Şevki KOLUKISA
Dr. Tahir HAZIR
Dr. Tomasz Niznikowski POL
Dr. Turgay BİÇER
Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Ulrich HARTMAN GER
Dr. Uwe Pühse
Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Vern NEVILLE UK
Dr. Werner NACHBAUER AUT
Dr. Yağmur AKKOYUNLU

Dr. Faik ARDAHAN
Dr. Fatih BEKTAŞ
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ
Dr. Fatih ÖZGÜL
Dr. Fereidoon TONDNEVİS IRN
Dr. Fikret SOYER
Dr. Füsun Öztürk KUTER
Dr. Geoffrey GOLDSPING UK
Dr. Georgiados COSTANTİNOS GRE
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN
Dr. Gökhan BAYRAKTAR
Dr. Gülfem ERSÖZ
Dr. Günter A. PILZ GER
Dr. Mehmet ACET
Dr. Mehmet GÜÇLÜ
Dr. Mehmet GÜNAY
Dr. Mehmet KILIÇ
Dr. Mehmet KUTLU
Dr. Mehmet TÜRKMEN
Dr. Metin ARGAN
Dr. Metin YAMAN
Dr. Mireala DAMİAN ROM
Dr. Mitat KOZ
Dr. Mohsen ESMAEILI IRN
Dr. Mounire KOUACHE ALG
Dr. Murat KALDIRIMCI
Dr. Yavuz TAŞKIRAN
Dr. Yusuf CAN
Dr. Yücel OCAK
Dr. Yüksel SAVUCU
Dr. Zafer ÇİMEN
Dr. Zekeriya GÖKTAŞ
Dr. Zeki COŞKUNER
Dr. Zsolt RADAK HUN
Dr.Andriy VOVKANYCH UA
Dr.Jose Gonzalez ALONSO ESP
Dr.Peter ISERBYT BEL
Dr.Saeid Dabbagh NIKOUKHESLAT IRN
Dr. Günter AMESBER AUT

Hakem Kurulu

Dr. Adem CİVAN
Dr. Ahmet ALPTEKİN
Dr. Ali Dursun AYDIN
Dr. Ali ÖZKAN
Dr. Ani AGOPYAN
Dr. Ayda KARACA
Dr. Ayşe Dilşad MİRZEOĞLU
Dr. Ayşe Gökçe ERTURAN İLKER
Dr. Gülten HERGÜNER
Dr. Mustafa ATLİ
Dr. H. Hüsrev TURNAGÖL
Dr. Hakan SUNAY
Dr. Hakan ÜNAL
Dr. Halil SAROL
Dr. Haluk KOÇ
Dr. Hanife Banu ATAMAN YANCI
Dr. Özlem ORHAN
Dr. Pınar GÜZEL
Dr. R. Ferudun DORAK
Dr. Ragıp PALA
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. Sadettin KİRAZCI
Dr. Sefa LÖK
Dr. Selhan ÖZBEY

Dr. Baybars Recep EYNUR
Dr. Betül BAYAZIT
Dr. Bilal DEMİRCAN
Dr. Bilal Utku ALEMDAROĞLU
Dr. Burak GÜRER
Dr. Bülent GÜRBÜZ
Dr. Cengiz AKALAN
Dr. Çetin ÖZDİLEK
Dr. Dilşad ÇOKNAZ
Dr. Elif KARAGÜN
Dr. Emin SÜEL
Dr. Emrah ATAY
Dr. Emre BAĞCI
Dr. Erkal ARSLANOĞLU
Dr. Erkan DEMİRKAN
Dr. Erkan GÜNAY
Dr. Fatih HAZAR
Dr. Fatih KIYICI
Dr. Fatma İlker KERKEZ
Dr. Fatma Neşe ŞAHİN
Dr. Fatma Pervin BİLİR
Dr. Fatma SAÇLI UZUNÖZ
Dr. Fırat AKÇA
Dr. Hüdaverdi MAMAK
Dr. Ilker OZMUTLU
Dr. İbrahim ERDEMİR
Dr. İlhan ADİLOĞULLARI
Dr. İlker ÖZMUTLU
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Levent ATALI
Dr. Leyla SARAÇ
Dr. Leyla YILMAZ
Dr. M. Zeki ÖZKOL
Dr. Mahmut AÇAK
Dr. Mehmet DEMİREL
Dr. Mehmet İNAN
Dr. Mehmet M. YORULMAZLAR
Dr. Mehmet ÖZAL
Dr. Mehmet ULUKAN
Dr. Menşure AYDIN
Dr. Mikail TEL
Dr. Murat KANGALGİL
Dr. Murat TEKİN
Dr. Murat Yalçın BEŞİKTAŞ
Dr. Mustafa Kayıhan ERBAŞ
Dr. Numan Bahadır KAYIŞOĞLU
Dr. Serdar ELER
Dr. Serdar TOK
Dr. Sibel ARSLAN
Dr. Sultan HARBİLİ
Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Sümmani EKİCİ
Dr. Sürhat MÜNİROĞLU
Dr. Ş. Nazan KOŞAR
Dr. Şenay ŞAHİN
Dr. Şerife VATANSEVER
Dr. Tamer KARADEMİR
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Tonguç Osman MUTLU
Dr. Ufuk ALPKAYA
Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Ulviye BİLGİN
Dr. Ünal TÜRKÇAPAR
Dr. Vedat AYAN
Dr. Yakup Akif AFYON
Dr. Yakup AKTAŞ
Dr. Yaşar SALCI
Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Yavuz YILDIZ

Dr. Funda KOÇAK

Dr. Gönül BABAYİĞİT İREZ

Dr. Gözde ERSÖZ

Dr. Gülbin RUDARLI NALÇALKAN

Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI

Dr. Nurper ÖZBAR

Dr. Oğuz ÖZBEK

Dr. Orcan MIZRAK

Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI

Dr. Özgür ÖZKAYA

Dr. Yıldız YAPRAK

Dr. Yunus ARSLAN

Dr. Yusuf KÖKLÜ

İÇİNDEKİLER

TABLE of CONTENTS

Kurullar.....5
KONUŞMA ÖZETLERİ - SPEECH ABSTRACTS 13
SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ - ORAL PRESENTATION ABSTRACTS 70
ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE 71
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION 255
EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSİOLOGY.....382
EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY 416
EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS 554
ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES.....588
FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH 617
FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS 672
KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY.....683
MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNING.....694
OLİMPİZM / OLYMPISM 700
REKREASYON / RECREATION 703
SPOR BİYOMEKANİĞİ VE KİNESİYOLOJİ / SPORT BIOMECHANICS AND KINESIOLOGY 758
SPOR EKONOMİSİ, SPONSORLUK VE PAZARLAMA / SPORTS ECONOMY, SPONSORSHIP AND MARKETING.....779
SPOR FELSEFESİ / SPORTS PHYLOSOPY 797
SPOR İŞLETMECİLİĞİ / SPORT BUSINESS 803
SPOR SOSYOLOJİSİ / SPORTS SOCIOLOGY 810
SPOR TARİHİ / SPORTS HISTORY.....836
SPOR VE TURİZM / SPORTS AND TOURISM.....850
SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION 854
SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT 861

KONUŞMA ÖZETLERİ

SPEECH ABSTRACTS

ETHİCS AND TECHNOLOGY IN SPORT

Dr. Sigmund Loland

Technology, understood broadly as human-made means to realize human interests and goals, has many functions in sport. I discuss possibilities and challenges when it comes to the role of technology in realizing sport values.

In a first section, I provide a tentative categorization of sport technologies and list some of these possibilities and challenges. Body techniques, sport equipment, and innovative training technologies such as smart watches and movement sensors raise questions of fairness, equal access and risk of harm. Some technological innovations such as the sharkskin swimsuit, or so-called self-correcting golf balls, also challenge core ideas of the nature of performance in the affected sports.

The most heated ethical debates concern biomedical technologies used with the intention to enhance performance. I pay particular attention to technologies that are administered by external expertise and do not require athlete insight and control such as drugs (doping).

In a second section, and using practical examples and normative theory, I propose an ethically reflective way of distinguishing between admirable, acceptable, and non-acceptable technology in sport. I argue in favour of what I refer to as a thick theory of sport in which athletic performance at its best can be understood as an embodied instantiation of morally admirable human excellence. The thick theory implies opening for technology based on athlete insight, control, and responsibility, and rejecting technology administered primarily by external expert systems.

I conclude with reflections upon future technological challenges to sport, in particular challenges posed by genetic technologies.

References

Fouché R. 2017. *Game changer. The Techno-scientific Revolution in Sport.* Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Loland S. 2011. Genetics and ethics in elite sport. In: Bouchard C, Hoffman EP (eds.) *Genetic and Molecular Aspects of Sport Performance.* Hobroken, NJ: Wiley Blackwell, 353-361.

Loland S. 2018. Ethics of technology in sport. In: Morgan, WJ (ed.) *Ethics in Sport.* Champaign, Ill.: Human Kinetics, 273-286.

Loland S. 2018. Performance-enhancing drugs, sport, and the ideal of natural athletic performance. *American Journal of Bioethics* 18 (6): 8-15. (Target article)

Oberdieck H, Tiles M. 1995. *Living in a Technological Culture: Human Tools and Human Values.* London: Routledge.

ASSESSING PSYCHOLOGICAL CONNECTİON TO SPORT AND LEISURE

Dr. Jonathan Casper

While initial sport and leisure participation is important, addressing continued involvement remains a theoretical and practical issue. Loyal and committed participants in sport and leisure are not only desirable but necessary. Additionally, commitment is an important part of marketing efforts, as it can cost five times more to acquire new customers than it does to retain an existing customer. This presentation will look at academic theories and research related to increasing and maintaining commitment within sport and leisure.

Psychological factors of decision-making, such as participation motivations, constraints, and commitment, have been used to understand why one persists with a sport activity. In general, it has been found that the more motivated, less constrained, and more committed one is to participate in an activity, the higher the likelihood of continued involvement. Additionally, behavioral measures (e.g., frequency of play) are key indicators for continued participation. This presentation will focus on two theoretical models for a better understanding of psychological connection and commitment to sport and leisure activities: the psychological continuum model (PCM) and the sport commitment model (SCM).

Funk and James (2001) theorized the PCM based on the hierarchy of effects theory and the escalating commitment theory. The PCM examines an individual's movement from a low to a high psychological connection related to the specific sport activity. The framework has three dimensions: pleasure (i.e., hedonic), centrality, and sign (i.e., symbolic). The PCM categorizes sport participants into four attachment-based escalating psychographic segments (i.e., awareness, attraction, attachment, and allegiance). My presentation will discuss my recent research using the PCM to examine participation in pickleball (Casper & Jeon, 2019) and golf (Jeon & Casper, 2020).

The SCM includes three important features: 1) sport commitment addresses psychological attachment to an activity; 2) sport commitment is a product of both cognitive and affective factors; 3) the sport commitment model is able to distinguish different predictors of participants who may report equal levels of commitment. The model focuses specifically on commitment in addition to the meaning that underlies the commitment that individuals hold for the activities in which they participate. In my presentation, I will discuss the use of the SCM in examining the sports of pickleball (Casper & Jeon, 2018), taekwondo (Jeon & Casper, 2016), and tennis (Casper et al. 2007; 2008).

In addition to highlights of results from several studies, this presentation will offer practitioner perspectives based on data to enhance connection and commitment. I will also speak to future directions on how to better study, use, and modify psychological connection theories related to sport and leisure participation.

DOES TRAINING AT FATMAX IMPROVE FAT OXIDATION CAPACITY MOST EFFECTIVELY?

Dr. Hadi Rohani

Assistant Professor of Exercise Physiology, Sport Sciences Research Institute of Iran, Tehran, Iran

Abstract

There is an increased interest in fat metabolism in the field of both sports sciences and health. During long-distance events, increasing the reliance on fat oxidation can help the athlete save glycogen reserves for high-intensity situations later in the event. On the other hand, the impairment of fat oxidation is associated with the development of obesity and type 2 diabetes.

Endurance training has been reported to improve fat oxidation and reduce body weight. A suitable exercise prescription could be prepared according to the subjects' metabolic responses. The specific intensity at which the fat oxidation rate is maximal (commonly presented as a percentage of the VO2max) is defined as Fatmax and provides a measure of the maximal fat oxidation (MFO; the highest rate of fat oxidation observed at various intensities). Fatmax can be achieved at low-to-moderate exercise intensities (35–65% VO2max). Theoretically, exercise at FATmax intensity would burn much more fat as energy, compared with other aerobic intensities ranges. Its measurement predicts the amount of lipids that will be oxidized over a 45-60 min of low- to medium-intensity training performed at the corresponding intensity, thus being a marker of metabolic fitness. Training at this level increases the mitochondrial ability to oxidize lipids, reduces circulating cholesterol and blood pressure, and improves HbA1c in type 2 diabetes. Although recent results suggest that the specific targeting on lipid oxidation during exercise has beneficial effects superior to those obtained by a similar energy deficit obtained by other protocols of exercise, it remains a current matter of research.

The magnitude of the effects of low intensity training is somewhat surprising when compared to the results of meta-analyses on endurance training, which conclude that the effects of this procedure are moderate. Compared to high-intensity exercise, obese people had lost twice more fat . In the Brun's meta-analysis on Fatmax training showed greater losses of fat mass when training in Fatmax was used as an objective (weight decreased by 2.9 kg. In contrast, some study reported that maximal fat oxidation rate increased only after HIIT. FATmax exercise training program achieved improvements in body composition, blood glucose, lipid profile, as well as walking capacity and lower body strength in older people with type 2 diabetes, compared to non-exercising controls. These results suggest the individualised FATmax training can also benefit daily physical capacity of older people with type 2 diabetes.

However, a high variability in MFO and Fatmax exists across individuals with different biological characteristics , which need to be considered. These factors include body weight, training status, sex, nutritional status, ergometer type, metabolic cart used, warm-up duration and intensity, stage duration and intensities imposed in the graded exercise protocol, time interval selected for data analysis, stoichiometric equation selected to estimate fat oxidation, data analysis approach, time of the day when the test was performed, fasting time/previous meal before the test, and testing days for MFO/Fatmax and maximum oxygen uptake (VO2max) assessment.

Keywords: Fat Oxidation, Exercise Intensity, Fatmax

AEROBIC AND ANAEROBIC TRAINING IN TEAM BALL GAMES

Lars Bojsen Michalsik

Department of Sport Science and Clinical Biomechanics, Muscle Physiology and Biomechanics Research Unit, University of Southern Denmark, Odense, Denmark.

Knowledge of the working requirements in team ball games is a prerequisite for the planning and implementation of optimal training paradigms. Even though e.g. team handball is a team sport, match analyses have shown that physical training in elite team handball should be directed at specific positions and individual physical capacity. Additionally, the training must to be planned with the right balance between exercise and recovery for the individual player. The overall principles for aerobic and anaerobic training in team ball games are presented here.

Aerobic training can be divided into three overlapping areas: A) Low-intensity training, (B) Moderate-intensity training, and (C) High-intensity training. The aerobic training intensity can be assessed by using measurements of the heart rate. Aerobic low-intensity training should be performed to achieve faster recovery after a match or an intensive training session. During low-intensity training, the exercise intensity should be performed with a mean HR of approximately 65% of HRmax.

Aerobic moderate-intensity training aims to increase the capacity to exercise intermittently for prolonged periods of time, and to increase the ability to recover quickly after a period of high-intensity exercise during training or match-play. During moderate-intensity training, the exercise intensity should be performed with a mean HR of approximately 80% of HRmax. Team ball players can benefit greatly from training with short and frequent runs/games with relatively high intensity within the primary area of aerobic moderate-intensity training (70-90% of HRmax), and hereby save some valuable training time.

The purpose of aerobic high-intensity training is to increase the aerobic power (VO2-max) to be able to exercise at a high intensity for relatively long periods of time, and also to increase the ability to recover quickly from high-intensity exercise periods. During aerobic high-intensity training, the exercise intensity should be performed with a mean HR of approximately 90% of HRmax and in the area of 80-100% of VO2-max. High-intensity aerobic exercise (formal or with ball handling) can be carried out continuously or intermittently (by interval training with long or short intervals). Performing continuous training, the training sessions should have a duration less than 30 minutes, since the intensity needs to be high.

At long intervals, the duration of the work periods are 2-10 minutes, and the duration of the rest/active recovery periods are 1-6 minutes. Examples of combinations of exercise/rest periods during formal running training are 3/1 minutes, where the intensity of exercise periods are in the lower part of the primary area for aerobic high-intensity training and 3/3 minutes, where the intensity is in the high part of the primary area. At short intervals, the duration of the exercise periods are 10-120 seconds, and the duration of the rest/active recovery periods are 5-60 seconds. Examples of combinations of exercise/rest periods during formal running training are 20/10 seconds, 45/20 seconds and 90/45 seconds. During short interval training, the exercise periods can be too short for the oxygen uptake and heart rate to reach the desired level. Thus, the rest/active recovery period is crucial for the training effect.

Anaerobic training can be divided into three training areas called speed training, production training and tolerance training, respectively. As in aerobic training, the three training areas are overlapping. However, they are all performed with a much higher intensity, i.e. with an intensity corresponding to over VO2-max., and therefore always by the interval principle. Since the effects of anaerobic training only occur in the muscles used during training, all anaerobic training in team ball games should be performed with a ball.

The aims of speed training are to increase the ability to perceive match situations, to take immediate actions when needed, and finally to increase the ability to rapidly produce force during high-intensity exercise. During speed training, the players should perform maximally each time for less than 10 seconds. The periods between the exercise bouts should be long enough for the muscles

to recover to near resting conditions to enable the players to perform maximally in subsequent exercise bouts. Speed training should be performed in the beginning of the training session when the players are not tired and after a proper warm-up. Speed training should mainly be performed as functional speed training with a ball, since part of the desired training effect is to improve the player's ability to anticipate, evaluate and decide in different situations during team ball games.

The purpose of production training to increase the ability to rapidly produce power and energy via the anaerobic energy-producing systems, and thus improve the ability to perform maximally for a relatively short period of time, whereas the aim of tolerance training is to increase the capacity to continuously produce power and energy through the same energy systems, and hereby improve the ability to sustain exercise at a high intensity. In production training, the duration of the exercise bouts should be relatively short (10-40 seconds), and the rest periods in between should be comparatively long (2-7 minutes) in order to maintain a very high intensity throughout the training. In tolerance training, the exercise periods should be 10-120 seconds, whereas the duration of the rest periods should only be a little longer than the exercise periods, if the training is performed with a ball, so that the players become progressively fatigued. Speed endurance training should be performed at the end of the training session, because the training is so demanding that players will be physically affected for a long time afterwards.

PLANNING OF THE TRAINING FOR BALL TEAMS AT INTERNATIONAL LEVEL WITH CASE STUDY OF THE TRAINING OF THE BRAZILIAN FEMALE NATIONAL HANDBALL TEAM FOR THE OLYMPIC GAMES IN RIO 2016.

Lars Bojsen Michalsik

Department of Sport Science and Clinical Biomechanics, Muscle Physiology and Biomechanics Research Unit, University of Southern Denmark, Odense, Denmark.

Any training schedule in team ball games should be based on an analysis of the demands of the game to determine what qualities are important for a good performance. This must be compared with a capacity analysis of the individual players, so that their strengths and weaknesses can be identified. Even though sports like team handball are team sports, the players must be loaded differently. It is important to emphasize that aspects regarding playing positions, individual physical capacity and need for recovery, and gender must be taking into consideration, while designing physical training regimens for team ball players. It is during breaks between training sessions that the improvement of the physical capacity occurs (supercompensation). Therefore, adequate recovery between training sessions is an important part of proper training planning. The recovery time from training and matches is complex and is typically dependent on the nature of the training/game (intermittent exercise, volume, intensity and duration), the player's training level, the total training volume and the conditions for recovery (diet, sleep, relaxation, treatment, massage etc.), and also outside stress factors such as health, lifestyle, nutrition, psychological stress and environment.

The training must be periodized, so the players will reach the best possible performance in the most important matches/tournaments of the competitive match season. The physical training should be organized with preplanned, systematic variations in training specificity, intensity, and volume in different periods or cycles within the overall training program for the season. Training programs for team ball game players should use periodisation (e.g. linear or block periodisation) to break up the training into e.g. the off-season, pre-season, in-season (and divide it further to provide multiple peak performances during the competitive period), and the post-season, which should focus on different goals in the various periods of training. The elements that are crucial for the anaerobic performance are built up faster than the factors which are important for the aerobic performance. Thus, anaerobic training should only be intensified as the competition season approaches. Performance gains and improvements in physiological parameters can be achieved up to important matches and tournaments by using tapers with large reductions in training volume, moderate reductions in training frequency, and maintenance or increase of training intensity. This presentation also aims to give an overall description of the physical preparations of the Brazilian Female National Handball Team for the Olympic Games in Rio 2016 on home ground. The physical preparation to an Olympic tournament must be extra carefully planned and implemented because of higher physical requirements compared to other tournaments (in Rio - 8 matches in two weeks with only 14 players). Therefore, the fewer players not only have to cope with the increased physical demands, the high match frequency requires that they also must be able to recover faster due to less time between the matches.

During the six months of preparation, the planning of the training was sometimes complicated, since the players most of the time in the first three months were training and playing for their respective clubs. Overall, the physical training consisted of aerobic, anaerobic and strength training, respectively. In addition, prevention training exercises were always included in the warm-up. The players performed specific training in relation to their playing position, individual capacity and training status and need for recovery. Anaerobic training was only in focus in the end of the preparation period and was always performed on-court with a ball. The training was periodized and ended with a taper the last couple of weeks to peak the physical performance to the start of the Olympic team handball tournament. The physical training led to marked improvements in body composition and physical performance both for individual players and for the team.

KULÜPLERDE SAĞLIK ORGANİZASYONU VE İŞ BİRLİĞİNİN ÖNEMİ
THE IMPORTANCE OF HEALTH ORGANIZATION AND COOPERATION IN CLUBS

Dr.Cem ÇETİN

Müsabaka veya yarış sırasında yaralanmış bir sporcuyu, tedavi ve gerekiyorsa (yaralanmanın ciddiyetine göre) rehabilitasyon süreçlerinden sonra tekrar spora döndürme kararı, iyi eğitimli bir takım doktorunun yanında tecrübeli yardımcı sağlık personellerinden oluşan benzersiz bir ekip işinin sonucudur. Bu sunumda Kulüplerde sağlık organizasyonu yapısı, takım doktorunun görevleri, ekip çalışması ve iletişim ile işbirliğinin önemi gibi konular irdelenecektir.

Spor disiplinlerinden bağımsız olarak birçok takım doktorunun pratisyen hekimlerden, ortopedi ve travmatoloji uzmanlık programında eğitim almış hekimlerden ve/veya resmi bir spor hekimliği tıpta uzmanlık programını başarıyla tamamlamış hekimlerden oluştuğu görülmektedir (1). Bununla birlikte Spor Hekimliği Uzmanlığı eğitimi alan hekimlerin, uzmanlık eğitimlerinin başlarından beri sporcular ile ve dolayısıyla sportif yaralanmalar ile daha sık karşılaşma olasılıkları düşünüldüğünde spor hekimliği uzmanlarının takım doktoru olarak görev yapmalarının daha avantajlı olabileceği düşünülebilir.

Takım doktoru olarak görev yapan hekimler, bilgilerini güncel tutma ve yenilikçi uygulamalara açık olmaya ek olarak birtakım becerilere ve takım içerisinde benzersiz olarak tarif edilebilecek bir role sahiptirler (2). Bu yüzden, takım veya kulüp içerisindeki mevcut eşsiz pozisyonları düşünüldüğünde bazı sorumluluklara ve yetilere sahip olmaları beklenmektedir. Bu sorumlulukların ve yetilerin uygulanmasında; rekabet seviyesi, takım hedefleri, kulüp yöneticileri veya müsabakanın/yarışın düzenlendiği alan vb. gibi bazı değişkenlerin etkisi de göz önünde bulundurulmalıdır (3).

Takım doktoru, bir spor takımı tarafından istihdam edildiğinde veya kendisine takım içerisinde herhangi bir rol verildiğinde, sözleşmelerden bağımsız olacak şekilde önceliğini sporcunun sağlığına ve iyilik halinin devamlılığına vermelidir (3). İdari organizasyon ve teknik ekip ile takım doktoru ilişkisindeki bu hassas denge mümkün olan tüm şartlarda korunmalıdır. Tıbbi bakım hizmeti veren tüm sağlık profesyonellerinde olduğu gibi takım doktorları da benzer etik durumlarla karşılaşabilirler (4). Hekim-hasta ilişkisinde olduğu gibi takım doktoru her konuda sporcuya karşı dürüst olmalı, kişisel bilgileri hiçbir koşul altında başka bir kişi veya organizasyonla paylaşmamalı ve gizlilik konusunda şüphe doğurabilecek durumlardan uzak durmalıdır (5,6). Ancak, söz konusu sporcuların bakımı olduğu için bu durum potansiyel çatışmaya oldukça açıktır (6). Ayrıca, takım doktorunun, sporcular ile ilgili herhangi bir tıbbi karar almadan önce, sporcunun mevcut sağlık düzeyini yukarıdaki etik ilkeleri göz önünde bulunduracak şekilde yöneticiler ve antrenörler ile paylaşarak fikir alışverişi yapması önerilmektedir (4). Bu konudaki bir diğer hassas nokta ise tıbbi konularla ilgili olarak verilecek tüm kararlarda "son sözü" söyleyenin takım doktoru olması gerekliliğinin teknik ekip, menajer, idari birim gibi diğer paydaşlar tarafından bilinmesi ve kabul edilmesidir (4,6). Eğer bu durum sağlanamaz ise takım doktoruna güven ve hekim özerkliği konusunda çatışmalar doğabilir. Takım doktorunda olması gereken bir diğer nitelik ise diğer takım doktorları ile yapılacak ve mesleki açıdan akran değerlendirmeleri şeklinde tarif edilebilen görüşmelerin belirli aralıklarla yapılmasıdır. Bu değerlendirmeler, aynı zamanda tıbbın tüm alanlarında önerilen fakat uygulanması nispeten zor sayılabilecek hekim sorumlulukları arasında yer almaktadır (6).

Spor hekimliğinde karşılaşılan yaralanmalar veya klinik pratikte sporcuların karşılaşabileceği sorunların çeşitliliği düşünüldüğünde, sporculara en iyi tıbbi bakımı sağlamak için yüksek bilgi ve beceri düzeyine sahip multidisipliner bir "sağlık ekibi" oluşturmak hayati önem taşımaktadır (6). Bu multidisipliner ekip; sertifikalı spor eğitmenleri, çeşitli uzmanlık alanlarındaki hekimleri, spor fizyoterapistleri, güç ve kondisyon uzmanlarını, masörleri, beslenme uzmanlarını, psikologları ve hemşireleri içerecek şekilde dizayn edilmelidir. Fakat bu ekibin koordinasyonunu sağlayan, gerektiğinde denetleyen ve son sözü kullanma hakkına sahip olmak gibi yetkilere sahip olan, spor hekimliği uzmanlık eğitimi almış bir takım doktorunun ekip lideri olması önerilmektedir (3,5,6).

Kaynaklar:

1. Gómez JE, Landry GL. (2015). Being a team doctor. Adolesc Med State Art Rev. 26(1):1-17.
2. Verrall GM, Brukner PD, Seward HG. (2006). 6. Doctor on the sidelines. Med J Aust. 184(5):244-48.
3. Callender SS. (2018). Being a team physician. Curr Sports Med Rep. 17:(2)39-40.
4. Calandrillo SP. (2005). Sports medicine conflicts: Team physicians vs. athlete-patients. Louis ULJ. 50:185.
5. Herring SA, Kibler WB, Putukian M. (2013). Team Physician Consensus Statement: 2013 update. Med Sci Sports Exerc. 45(8):1618-22.
6. Kinderknecht J. (2016). Roles of the team physician. J Knee Surg. 29(5):356-63.

FUTBOLDA ŞİDDET, HOLİGANLIK VE TRİBÜN OLAYLARI

Prof. Dr. Gökhan BAYRAKTAR

Özet

Amaç: Bu çalışmada futbolda şiddet, holiganlık ve tribün olaylarını sebep ve sonuçlarıyla birlikte bilimsel olarak araştırılarak değerlendirilmiştir. Bu kapsamda spor, seyirci, taraftar, taraftarlık, şiddet ve holiganlık gibi bazı kavramların tanımları yapılmış ve geçmişten günümüze meydana gelen bazı tribün olayları kronolojik olarak incelenmeye çalışılmıştır.
Yöntem: Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model kullanılarak konu ile ilgili olarak daha önce yapılmış olan çalışmaların amaç ve kapsamları analiz edilmiştir. Betimsel tarama modeli geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırmalara uygun bir modeldir (Karasar, 1999). Bu doğrultuda mevcut literatür taraması yapılarak konu ile ilgili kavramsal bilgiler toplanmış ve daha önce yapılmış olan çalışmalar incelenerek değerlendirilmiştir.
Bulgular: Futbolun gittikçe büyüyen dev bir eğlence sektörü ve tüm dünyanın takip ettiği bir yapı haline dönüştüğü ancak bu durumun beraberinde şiddet, holiganizm ve istenmeyen tribün olayları gibi olumsuzlukları da beraberinde getirdiği görülmektedir.
Sonuç: Elde edilen literatür bilgisine bağlı olarak; Konu ile ilgili alınması gereken en önemli önlemin mevcut yasaların güncellenerek caydırıcılığının artırılmasını sağlamak olduğu düşünülmektedir. Bunun dışında yöneticilerin, sporcuların, hakemlerin, antrenörlerin, yazılı ve basılı medyanın, seyircilerin de sağduyulu olması; yetkili merciler tarafından ulusal kongre, konferans, panel gibi bilgilendirici etkinliklerin yapılması; sevgi, saygı, kardeşlik ve fair play gibi olguların daha fazla gündeme getirilmesi soruna çözüm noktasında anlamlı bir yaklaşım olacaktır.
Anahtar Kelimeler: Futbol, Seyirci, Şiddet, Holiganizm, Fair Play.

Giriş

Futbol, milyonlarca kişinin sporcu olarak, çok daha fazla sayıdaki kişinin ise seyirci olarak katılım sağladığı, hiç kuşkusuz günümüzün en popüler spor dallarından birisidir (Akbulut, 2012). Aynı zamanda galip tarafın önceden kestirilememesi; rekabete ve çekişmeye açık olması; heyecan, sevinç ve hüzün gibi duyguları barındırması nedeniyle futbol, tüm yaş gruplarının ilgisini çeken ve seyir zevkinin ön planda olduğu popüler bir spor dalıdır (Kuper, 1996).

Futbol, popüler kültürün önemli bir parçasını oluşturmakta, kitleleri peşinden sürüklemekte ve bu nedenle de toplumlar için büyük bir değer taşımaktadır. Futbol ayrıca, reklam anlaşmaları, televizyon yayın gelirleri, devasa boyuttaki yüksek teknolojiye sahip stadyumlar ve tesisler; transfer bütçeleri, futbol ekipmanları, tekstil sektörü ve sağladığı istihdam nedeniyle de özellikle ekonomik anlamda büyük bir etkiye sahip bir spor branşıdır (Kuru ve Var, 2009) Tüm bu hususlar göz önünde bulundurulduğunda futbol, sosyal, kültürel ve psikolojik etkilere sahip bir olguya dönüşmektedir.

Futbolun en önemli unsurlarından biri olan seyirci kavramı kısaca, çıkarı aynı olan ve bir spor yarışmasında aynı tepkiyi gösteren, daha önce organize edilmemiş insan grubudur. Taraftar ise bir spor kulübüne bağlı olan, onunla ilgilenen, onu destekleyen bireydir (Acet, 2003: 128). Tuttuğu takıma aşırı derecede tutkuyla bağlanmış olan kişi 'fanatik' olarak tanımlanırken, 'holigan' ise taraftarı olduğu takımına ölesiye bağlı olan, aynı zamanda yıkıcı ve şiddet içeren davranışlarda (vandalizm) bulunan fanatik kişiler olarak ifade edilmektedir. (Koruç, Bayar ve Arslan, 2004; Toros ve Koruç, 2004)

Sosyoekonomik ve sosyokültürel etki alanı ile futbol, günümüzde kitleleri etkisi altına almış ve bununla birlikte birçok sorunu da beraberinde gündeme getirmiştir. Özellikle son yıllarda görülen şiddet ve saldırganlık olayları futbolun asıl amacının dışına çıkılmasına neden olmuştur. Bireyin kendisine, başkasına, belirli bir topluluk veya gruba yönelik yapmış olduğu ve yaralanma, ölüm, fiziksel ve duygusal zararlarla sonuçlanan, tehdit ya da fiziksel

güç kullanma şeklinde tanımlanabilecek olan şiddet, futbolun en önemli seyir terası olan tribünlerde ve sosyal hayatta maalesef ciddi olaylara sebebiyet vermiştir. (DSÖ, 2002)

Futbolda şiddet, holiganizm ve tribün olayları 1960 öncesi başlamış ve sonrasında yükselişine devam etmiştir. Nitekim 1980'li yıllardan itibaren de holiganizm eğilimi dünyanın birçok ülkesinde yayılarak artmıştır. (Dunning, 1999)

Dünya futbol tarihi incelendiğinde şiddet ve holiganizm eğilimleri sonucunda hem maddi hem de manevi zararlara yola açan birçok üzücü olayın yaşandığı görülmektedir:

1964 Lima (Peru)'da 24 Mayıs günü Tokyo Olimpiyatları eleme grup karşılaşması olan Peru-Arjantin maçı sırasında hakem, ev sahibi takımın golünü iptal edince tribünde olaylar çıkmış ve bu olaylar sonucunda 320 kişi hayatını kaybetmiştir. 1985 yılında ise Belçika'nın Heysel stadında oynanan Liverpool - Juventus futbol müsabakası esnasında çıkan olaylarda 39 kişi hayatını kaybetmiştir (Ayan, 2006)

Türk futbol tarihi incelendiğinde de, şiddet, holiganizm ve tribün olaylarının çarpıcı örneklerden biri 17 Eylül 1967 yılında Kayserispor-Sivasspor maçında görülmüştür. 43 kişinin ölümü ve yüzlerce kişinin yaralanmasıyla sonuçlanan bu olay, futbolda şiddet ve holiganizmin ne denli büyük ve acı sonuçlara yol açtığını gözler önüne sermektedir. (Mil, Şanlı, 2015)

Sonuç:
Futbol, özellikle son yıllarda gittikçe büyüyen dev bir eğlence sektörü ve tüm dünyanın takip ettiği bir yapı haline gelmiştir. Ancak bu durum şiddet, holiganizm ve tribün olayları gibi olumsuzlukları da beraberinde getirmiştir.
Sporun birleştirici, iyileştirici ve zenginleştirici rolü göz önünde bulundurulduğunda, birçok unsurun tetiklediği şiddet ve saldırganlık, sporun bu olumlu öğelerini etkisizleştirmekte ve sporun fiziksel, ruhsal ve sosyal etkilerini önemli ölçüde azaltmaktadır.
Bu noktada alınması gereken en önemli önlemin mevcut yasaların güncellenerek caydırıcılığının artırılmasını sağlamak olduğu düşünülmektedir. Bunun dışında yöneticilerin, sporcuların, hakemlerin, antrenörlerin, yazılı ve basılı medyanın, seyircilerin de sağduyulu olması; yetkili merciler tarafından ulusal kongre, konferans, panel gibi bilgilendirici etkinliklerin yapılması; sevgi, saygı, kardeşlik ve fair play gibi olguların tekrar gündeme getirilmesi soruna çözüm noktasında anlamlı bir yaklaşım olacaktır.

Kaynaklar:

1. Acet, Mehmet (2003), "Futbolda Şiddeti Etkileyen Sosyal Faktörler", Ankara Emniyet Müdürlüğü, Futbolda Şiddet ve Önlenmesi Sempozyumu, 128, Ankara: Emniyet Genel Müdürlüğü Basımevi
2. Akbulut, A. K. (2012). Amatör ve Profesyonel Erkek Futbolcuların Karar Verme, Problem Çözme ve İletişim Becerilerinin Bazı Değişkenler Bakımından İncelenmesi. Yayınlanmış Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
3. Emin Kuru ve Levent Var, "Futbol Seyircilerinin Spor Alanlarındaki Saldırganlık Davranışları Hakkında Betimsel Bir Çalışma: Kırşehir İli Örneği", Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 10 (2), 2009, s.142
4. Eric Dunning, Sport Matters: Sociological Studies of Support, Violence and Civilisation, Routledge, London, 1999, s.130.
5. Karasar, N. (1999) Bilimsel Araştırma Yöntemi, Ankara: Nobel Yayınevi.
6. Koruç, Z., Bayar, P., Arslan, F., (2004). Türkiye'de Futbol Fanatikleri: Sosyal Kimlik ve Şiddet, Türkiye Futbol adamları Derneği Ankara Şubesi ve Spor Toto Genel Müdürlüğü Futbol Müsabakalarında Terörün Nedenleri ve Önleme Yolları Bilimsel Araştırma Yarışması, Ankara , s.6
7. Mil, H.İ., Şanlı, S. (2015). Sporda Şiddet Ve Medya Etkisi: Bir Maçın Analizi, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 14 (55), s. 231-247
8. Sezer Ayan, "Şiddet ve Fanatizm", C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 7 (2), 2006, s.203.

9. Toros, T., Koruç, Z.. (2004). Futbol Müsabakalarında Terörün Nedenleri ve Önleme Olanakları, Türkiye Futbol adamları Derneği Ankara Şubesi ve Spor Toto Genel Müdürlüğü Futbol Müsabakalarında Terörün Nedenleri ve Önleme Yolları Bilimsel Araştırma Yarışması, Ankara, s.70
10. Simon Kuper, Futbol Asla Sadece Futbol Değildir, Gençlik Yayınları, İstanbul, 1996, s. VII-1.
11. Erişim adresi:https://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2012/en/ Erişim Tarihi: 05.10.2020 WHO, (2012)

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SPORCUYA YAKLAŞIM

Doç. Dr. Tuğba Kocahan

Spor Hekimliği Uzmanı

Tüm dünyayı etkileyen ve ciddi bir halk sağlığı sorunu yaratan COVID-19 pandemisinden spor camiası da olumsuz etkilendi. Solunum ve temas yoluyla bulaşan bu virüs yüksek bulaştırıcılık özelliğine sahip olduğu için başlangıçta müsabakaların seyircisiz oynanmasına karar verildi, ancak hastalığın çok hızlı yayılması nedeniyle Mart 2020'nin başından itibaren tüm yerel, ulusal ve uluslararası spor ligleri ve turnuvalara ara verildi.

Pandemi sürecinde izolasyona bağlı olarak sporcuların takım halinde antrenman yapamamaması, müsabakaların ve dolayısıyla rekabetin ortadan kalkması, antrenmanlar için uygun şartların sağlanamaması nedeniyle sporcularda vücut yağ oranında artış ve kas kütlesinde azalma, bağışıklığın zayıflaması, mental dayanıklılığın azalması, uykusuzluk ve depresyon gibi belirtiler görülebildi. Tüm bu sonuçlar sporcuların fiziksel zindeliği ve performanslarında kısa ve uzun vadede olumsuz etkiler yarattı. Bu nedenle öncelikle bu etkileri belirlemek ve bunların spor performansı üzerindeki etkilerini tespit etmek son derece önemlidir.

Sporcuların pandemi sürecinde fiziksel aktivite düzeyinin azalmasına bağlı olarak meydana gelecek olumsuz etkileri tersine çevirmek amacıyla günlük rutinlerine endurans egzersizleri, esnekliği korumak ve geliştirmek için nörodinamik egzersizler, dinamik denge kontrolü ve esneklik egzersizleri, nöromuskular performanslarını korumaya ve iyileştirmeye yönelik pliometrik egzersizleri dâhil etmeleri önerilir. Bu dönemde enerji tüketiminin azalmasına bağlı vücut yağ oranında artış olmaması için günlük kalori alımı azaltılmalıdır. Kas kaybını azaltmak için kalori alımı azaltılırken günlük protein miktarı 2.3 g/kg'a yükseltilmelidir. Kas protein sentezini kontrol eden yolları uyarmak için lösin aminoasidinin tüketimi önerilebilir.

Elit sporcular izolasyonlarını çok iyi yapmaları ve antrenman yükünde ani bir artış olmaması şartıyla yüksek şiddetli antrenmanlara devam edebilir. Antrenman şiddetindeki ani artışlar akut dönemde bağışıklık sistemini baskılayacağı için bu dönemde önerilmez. Pandemi sürecinde sporcuların kardiyovasküler uygunluklarını koruması için sabit bisiklet ve koşu bandı ile antrenmanlarına devam etmesi önerilir. Direnç egzersizleri için gerekli ekipmanları varsa bu antrenmanların uzaktan izlenerek antrenörler tarafından hazırlanması ve kontrol edilmesi gerekir.

Karantina sürecinde spora özgü ve yüksek yoğunluklu egzersizler yapamamış olmak karantinadan sonra müsabakalara dönen sporcularda özellikle kas-iskelet sistemi yaralanmaları ve akut hastalık riskini arttıracaktır. Bu nedenle sporculara ve takımlara müsabakalara hazırlanmak için yeterli zaman verilmelidir.

Bu hastalığa yakalanan sporcuların çoğunun hastalığı ya asemptomatik ya da hafif bulgularla geçireceği tahmin edilmektedir. Ancak COVID-19'da solunum sistemi dışında kardiyovasküler sistemin ikinci en çok etkilenen sistem olması nedeniyle, hastalığa yakalanan sporcu asemptomatik olsa bile sinsi seyirli miyokardit ihtimali dikkate alınmalıdır. Aynı zamanda sporcularda solunum sistemi hasarına bağlı hipoksi, hemodinamik değişiklikler ve tedavide kullanılan ilaçların istenmeyen yan etkileri nedeniyle ortaya çıkabilecek ciddi aritmi riski de bulunmaktadır. Bu nedenle tüm sporcuların (COVID-19 geçiren ve iyileşen sporcular, asemptomatik olan sporcular, hafif hasta veya test edilmemiş olanlar) spora katılım öncesi sağlık değerlendirmelerinde tüm belirti ve bulgularının kaydedilmesi ve ayrıntılı bir kardiyak değerlendirme yapılması gerekir. Kesin miyokardit tanısı alan sporcular 3-6 aylık bir dinlenme sürecinden geçmeli ve yeniden spora başlamadan önce tüm kardiyak belirti ve bulguların düzeldiğinden emin olunmalıdır.

Bedensel engelli sporcuların engellerinin yanı sıra altta yatan farklı sağlık sorunlarının eşlik etmesi nedeniyle COVID-19 için riskli gruptadırlar. Koruyucu tedbirlere azami dikkat etmek, takım halinde yapılan antrenmanlara ara vermek ve kendi evlerinde kişiye özel antrenman planlaması yapmak uygundur.

Etkili bir tedavi yöntemi veya aşı bulunana kadar halen en güvenilir yol maske, mesafe ve hijyen kurallarına uymaktır.

SPOR YARALANMALARINDA PSİKOLOJİK FAKTÖRLERİN ETKİLERİ

Dr. Öğr. Üyesi Seçkin ŞENIŞIK

Spor yaralanması bir sporcunun kariyeri boyunca karşılaşabileceği en travmatik olaylardan birisidir. Özellikle de ciddi düzeyde olduğu durumlarda, elit sporcular için oldukça stresli ve yıkıcı bir olay olabilmektedir. Yüksek düzeydeki sporlarda yaralanmaya maruz kalma riski fazladır. Avrupa'da her yıl 8 milyonun üzerinde spor yaralanmasının tedavi edildiği tahmin edilmektedir.

Yaralanma sebebi genellikle kompleks olduğundan dolayı risk faktörleri açıkça tespit edilmelidir. Bunlar çevre, ekipman, spor tipi ve hava koşulları gibi eksternal faktörler, ve fizyolojik ve psikolojik faktörler gibi internal faktörlerdir. Bazı araştırmacılar sporcuların kişisel ve psikolojik özelliklerinin bir sonucu olarak yaralanmaya yatkın olduğunu öne sürmektedirler. Yaralanmaları önlemek amacıyla psikolojik ve fizyolojik teknikleri birleştiren önleyici eylemlerin uygulanması önemlidir.

Psikolojik faktörlerin spor yaralanmaları üzerine etkisi son yıllarda önemli bir araştırma alanı olmuştur. Birçok çalışma Andersen ve Williams'ın stres ve yaralanma modelini yaralanma sonucunu etkileyen psikososyal değişkenler ile ilgili araştırmalar için temel olarak kullanmıştır. Bu stres yanıtı modelinin üst kısmında kişilik faktörleri, stres etkenleri öyküsü, ve baş etme kaynakları gibi üç önemli alan vardır. Bu değişkenler tek başına veya birlikte etki edebilirler, stres yanıtını ve yaralanma oluşumunu etkileyebilirler. Bu model strese yol açan bazı etkenlere sahip olan, stres yanıtını artıran kişisel özellikleri olan (atılganlık, uygunluk hissi, mükemmellik, yarışma kaygısı, kazanma motivasyonu gibi) ve sorunlarla baş edebilme kaynağı az sayıda olan sporcuların zorlu bir antrenman veya yarışma gibi stresli bir durumla karşılaştığında, zıt psikososyal profile sahip bireylere göre bu durumları daha stresli olarak algıladığını ve daha fazla fizyolojik aktivasyonun oluştuğunu öne sürmektedir.

Stres etkenleri öyküsü büyük yaşam olaylarını, günlük sorunları, ve önceki yaralanma öyküsünü içerir. Yaşam olaylarının yaşanmasının vücut üzerinde strese yol açması varsayımına dayanmaktadır. Yaşam değişikliği ile uğraşmak antrenman ve yarışma konsantrasyonunu etkileyebilir ve yaralanma olasılığını artırabilir. Önceden yaralanma geçiren bir sporcu eğer fiziksel olarak hazırsa, fakat spora dönmek için psikolojik olarak hazır değilse kaygı ve negatif bilişsel değerlendirmeye bağlı olarak yeniden yaralanma riski artabilir.

Kişilik özelliği olarak yüksek kaygısı olan sporcular yaralanmaya maruz kalma açısından en fazla riske sahip olabilirler. Yarışma kaygısının yüksek olması, kendine güvenin ve psikolojik durumun düşük olması, kendini suçlama gibi risk faktörleri ve yaralanma oluşumu arasında sıklıkla ilişki bulunmaktadır.

Stres yaralanma modeli baş etme kaynaklarını da içermektedir. Baş etme kaynakları arasında sosyal destek, stres yönetimi ve diğer psikolojik başa çıkma becerileri, iyi uyku düzeni ve beslenme alışkanlıkları gibi genel baş etme davranışları bulunmaktadır. Bir kişinin stres ile baş etme kaynaklarının düşük olması o kişinin stres düzeyini daha fazla hissetmesine neden olarak yaralanma riskini artırabilir. Sporcuların psikolojik becerilerinin yüksek olması ve çevresindeki sevdiği insanlardan aldığı sosyal desteğin yüksek olması gibi olumlu baş etme kaynakları stres yanıtının düşmesini sağlayarak yaralanma riskinin azalmasına yardımcı olabilir.

Arzu edilen kişilik özellikleri ve baş etme kaynakları eksik olan sporcular zorlu bir antrenman veya çok önemli bir yarışma gibi stresli bir durumla karşılaştığında bu durumları muhtemelen daha stresli olarak algılarlar. Yaralanma riskine neden olduğu ileri sürülen mekanizma oluşan bu stres yanıtının şiddetidir. Bunun sonucunda daha fazla fizyolojik aktivasyon, yaygın kas gerginliği, yorgunluk, koordinasyon ve zamanlamada azalma, periferal daralma ve daha fazla dikkat dağınıklığı oluşabilir ve yaralanma riskinin artmasına neden olabilir.

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE SPORCULARDA FİZİKSEL UYGUNLUĞUN DEĞERLENDİRİLMESİ VE REHABİLİTASYONU

Arş. Gör. Dr. Fzt. Bihter AKINOĞLU

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

COVID-19 her yaş ve kesimden kişiyi etkilemekle birlikte, sporcuların bu hastalığı daha hafif atlattıkları bilinmektedir. Ancak halk sağlığının korunması ve pandeminin yavaşlatılması amacıyla sporcularda Covid-19 tedbirlerine uymak önemlidir. COVID-19 pandemi süreci antrenman/müsabaka programlarının iptali ya da ertelenmesine neden olarak sporcuların rutinlerini etkilemiştir. Pandemi sürecinde tüm müsabakaların geçici olarak ertelenmesi ve ardından kontrollü sosyal hayata geçişle birlikte bazı müsabakaların seyircisiz oynanması kararlaştırılmıştır. Bu durum sporcularda fiziksel inaktiviteye bağlı olarak performans kayıplarına, pandemi öncesi seviyede aktivite ve yüklenmeye bağlı olarak spor yaralanmalarına neden olmuştur. Bu nedenle kontrollü sosyal hayat döneminde de sporcuların fiziksel uygunluk ve performans düzeylerinin incelenmesi, eksikliklerin tespit edilmesi ve uygun antrenman ve rehabilitasyon programlarının hazırlanması önem arz etmektedir.

Covid-19 Pandemi sürecinde her ne kadar sporcular izolasyon koşullarının izin verdiği ölçüde bireysel antrenman yapmış olsalar da yapılan çalışmalarda sporcuların branşa özgü alan eksikliği (saha, ekipman vs), toplu antrenmanların yapılamaması ve müsabakaların yokluğuna bağlı rekabetin olmaması nedeniyle belirli seviyelerde performans kayıplarına uğraması beklenmektedir. Bu nedenle kontrollü sosyal hayata geçilirken müsabakaların tekrar başladığı bu dönemde fiziksel uygunluk testleri ile sporcuların performans seviyesini tespit etmek ve eksikliklerini belirleyerek bu eksiklikleri tamamlamaları için yeterli süre tanınmalıdır. Eğer sporculara yeterli hazırlık süresi tanınmadan erken müsabakalara dönülürse spor yaralanmaları kaçınılmaz olacaktır. Tüm bu süreçte maske, mesafe ve hijyen kurallarına azami derecede dikkat edilmelidir.

Covid-19 Pandemi sürecinde sporcuların fiziksel uygunluk değerlendirmeleri ve rehabilitasyonu yapılırken dikkat edilmesi gereken durumlar söz konusudur. Sporcuların fiziksel uygunluk değerlendirmeleri ve rehabilitasyonu yapılmadan en az 48 saat önce PCR testi yapılması ve test sonucunun negatif olması gerekmektedir. Test sonucu pozitif olan sporcuya klinik semptom ve bulgularına bağlı olarak tedavi ve izolasyon uygulanır. Test sonucu negatif olan sporcu ise, spor hekimliği uzmanı tarafından değerlendirilerek fiziksel uygunluk değerlendirmesi ve rehabilitasyonu yapılabilir olduğu onayı alındıktan sonra yalancı negatiflik durumu göz önünde bulundurularak maske, mesafe ve temizlik kuralları çerçevesinde değerlendirilir ve gerekli müdahalelerde bulunulur.

Covid-19 Pandemi sürecinde sporcuların fiziksel uygunluk değerlendirmesi ve rehabilitasyon uygulamalarında sporcuların ve değerlendirmeyi yapan profesyonellerin maske takmış olmasına, el hijyeninin sağlanmasına ve en az 2 metrelik mesafenin korunmasına dikkat edilmelidir. Tüm odalarda ve ortak kullanım alanlarında el dezenfektanı bulundurulmalı ve sporcular ve personelinin kullanması sağlanmalıdır. Sporcular odalara tek tek alınmalı, her uygulamadan sonra odalar dezenfekte edilerek havalandırılmalıdır. Ağızlık kullanılarak uygulanan ve riskli olacağı düşünülen solunum fonksiyon testleri, maksimal oksijen kapasitesinin değerlendirilmesi gibi testlerin yapılmasına bulaş riski nedeniyle branş antrenörleri ile istişare edilerek spor branşına özgü önem derecesine göre karar verilmelidir. Bu testlerde özel filtreler kullanılmalı ve her sporcuda değiştirilmedir. Riski daha az olan vücut kompozisyon ölçümleri, kas kuvveti ve kassal dayanıklılık ölçümleri, esneklik ölçümleri, anaerobik güç ölçümleri ile hız, çeviklik, denge ve reaksiyon zamanı ölçümlerinin bahsedilen kurallara uyularak yapılması gerekmektedir. Ayrıca rehabilitasyon uygulamalarında fizyoterapist ve sporcu arasında daha yakın bir temas olma ihtimali nedeniyle daha da dikkatli olunmalıdır.

Sporcuların Covid-19 Pandemi sürecinde pasif bir dönem geçirmelerinin performans kayıplarına neden olacağı ve müsabakalara hazırlıksız dönmenin de spor yaralanmalarının önünü açacağı düşünülmektedir. Bu nedenle gerekli koşullar sağlanarak sporcuların fiziksel uygunluk ve performans düzeyleri belirlenerek eksiklikler tespit edilmeli ve uygun antrenman ve rehabilitasyon programları hazırlanmalıdır.

GELENEKSELDEN POPÜLERE OBEZİTE TEDAVİSİNDE EGZERSİZ MODELLERİ

Doç. Dr. Meral KÜÇÜK YETGİN

Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Sağlık Anabilim Dalı

Obez bireylere hangi egzersizi, nasıl, ne kadar, ne yoğunlukta ve sıklıkta yapmaları gerektiği ile ilgili iyi programlanmış bir egzersiz reçetesi obezite tedavisinde önemli bir tamamlayıcı tedavi unsurudur. Obezite tedavisinde egzersizin temel hedefi uzun vadeli yaşam tarzı değişikliğidir (ACSM, 2018). Obez bireylerde kullanılan egzersiz modellerini temel olarak **aerobik egzersiz, direnç egzersizi ve esneklik egzersizleri** olarak sınıflandırılabilir. **Aerobik egzersizler,** Düşük tempoda uzun süreli yapılan ve kişinin oksijen kullanma kapasitesini arttırarak kardiovasküler dayanıklılığının artmasını sağlayan egzersizlerdir. Aerobik egzersizler enerji harcaması sırasındaki yağ oksiasyonı, sakatlanmayı önleme, fiziksel uygunluk düzeyini ve fonksiyonel kapasiteyi arttırma bakımından obez bireylere sıklıkla tavsiye edilir. Obezite tedavisinde en çok tercih edilen egzersiz türüdür. Yürüme, jogging, koşma, yüzme, bisiklet, dans, aerobik egzersize örnek olarak verilebilir. **Dinamik direnç egzersizleri** hem kas eklem hareketliliğini, hem de kas kuvveti ve dayanıklılığını artırması bakımından obez kişiler için bir egzersiz reçetesinin bir parçası olarak düşünülmelidir (Liao ve ark., 2017). Öte yandan yağsız kas kütlesinin arttırılması, bazal metabolizma hızını artırarak bazal kalori kullanımını da arttırır (Donnelly ve ark., 2004). Direnç egzersizleri, serbest ağırlıklar (dumbell), ağırlık makineleri, elastik bantlar, sağlık topları gibi farklı yöntemler kullanılarak, kasın belli bir yüke karşı koyma prensibi ile kas kuvvetini ve dayanıklılığını arttırmayı hedefleyen egzersizlerdir. Pilates, obez kişiler için aerobik egzersize ek olarak uygulanabilecek alternatif bir direnç egzersizi modelidir (Rayes ve ark., 2019). Direnç egzersizi uygulaması obez bireylerde aerobik egzersizi destekleyecek şekilde düşük ağırlıkta çok tekrar prensibi ile programa dâhil edilmelidir (Jakicic ve Otto, 2005).

Obez bireylerde eklemlerin etrafı yağlarla çevrili olduğu için fonksiyonel hareket kısıtlanır. Ayrıca obez bireyler vücut pozisyonlarını yavaş değiştirirler ve zor dengede dururlar. Bu sebeple obez bireyin egzersiz reçetesinde esneklik egzersizlerine mutlaka yer verilmelidir (Ardıç, 2014). Öte yandan iyi reçetelendirilmiş bir egzersiz programında bu egzersiz türlerinin kombine edilerek kullanılması egzersizden elde edilen çok yönlü faydayı arttırır. **Kombine egzersiz** modelinde, aerobik egzersizler ile kardiyovasküler dayanıklılığı, direnç egzersizleri ile kas kuvvetini ve dayanıklılığını artırırken, esneklik egzersizleri ile eklem açıklığını artırıp kasları egzersize hazırlar, sakatlıklara karşı kas-tendon uyumunu güçlendirilir.

Öte yandan güncel rehberler incelendiğinde obeziteye eşlik eden hiperlipidemi, hipertansiyon, koroner kalp hastalıkları, Tip 2 diyabet, depresyon gibi hastalıklarda benzer süre ve yoğunlukta egzersiz önerilerinde bulunmaktadır (de Souto Barreto 2017). Ayıca obezitesi olan bireyin eşik eden hastalıklarının tıbbi tedavisinde kullandığı ilaçların egzersiz ile etkileşimlerinin değerlendirilmesi de önem arz eder (Al-Mallah ve ark., 2014).

Obez bireyler ortopedik yaralanmalara daha eğilimli olduğundan yaralanma riski daha az olan ve tecrübe gerektirmeyen yürüme, en etkili egzersiz şeklidir (Santangelo ve ark., 2016). Yüzme, suyun kaldırma kuvveti etkisi ile yaralanma riskini ve ısı yükünü minimize etmesi bakımından, obez bireylerde uygun aerobik egzersiz türlerindendir. Eklem ağrısı olan bireyler için de, alternatif egzersiz olarak su aktiviteleri tavsiye edilir. Özellikle diz eklemini korumak için hem kara hem de suda yapılan düşük şiddetli aerobik egzersizler önerilmektedir (Nelson ve ark., 2014). Düzenli egzersizlerin önündeki en önemli engellerinden biri olarak zaman eksikliğine karşı son zamanlarda obezite tedavisinde egzersizin süresinin kısa ancak şiddetinin aerobik egzersizlere göre yüksek olduğu **interval egzersizler** de kullanılmaktadır (Boutcher, 2010). Bu modelin insülin direnci gelişmiş ya da obezite ile ilişkili hastalıklardan biri olan diyabet vakalarında ortaya koyduğu iyileştirici etkiler dikkat çekmektedir (Gibala ve ark., 2012; Jung ve ark., 2015) Bu egzersizler koşu bandı bisiklet gibi sabit ekipmanlarla yapılabildiği gibi, kişinin kendi vücut ağırlığını kullanarak ya da değişik fonksiyonel ekipmanlardan da faydalanılabilir. Bu egzersiz modelinin obez bireylerde belli oranda bir kilo kaybı sonrasında ve ilerleyen zamanlarda yapılmasında

fayda vardır. Ayrıca interval antrenmanlar da başlangıçta düşük daha sonra orta, ilerleyen zamanlarda yüksek şiddetli olacak şekilde programlanmalıdır (Smith-Ryan ve ark., 2016). Tüm bu planlanmış egzersizler ile amaç, kilo vermenin yanında, sağlığı korumak ve fiziksel performansı arttırmaktır. İyi planlanmış sürdürülebilir bir egzersiz modeli ve daha aktif yaşam tarzı obezite mücadelesinin başarısını destekler. Düzenli egzersiz yapmak iştah kontrolü ve kilo verme sürecinde psikolojik bakış açısını da destekleyerek obez bireyin davranış değişikliği tedavisini destekler.

Özetle, obez bireyin egzersiz öncesi klinik değerlendirmeler sonrasında, obezite derecesine ve eşlik eden hastalıklarına göre; türü, sıklığı, süresi ve şiddeti bireysel olarak reçetendirilmiş bir egzersiz programı, obezitenin tedavisi ve prognozu açısından çok önemlidir. Genel olarak, obez bir bireyin haftanın 4-5 günü 60 dakika/gün (300 dk/hafta), orta şiddette (V02 max'ın %40-60'ı veya maksimum kalp hızının %50-70'i olacak şekilde) aerobik egzersiz yapması önerilmektedir. Aerobik egzersiz programına eklenmiş direnç ve esneklik egzersizleri ile kombine edilmiş modeller ve interval egzersizler kasları koruma ve yağ oksidasyonuna destek olmak bakımından etkili tedaviyi destekler. Günde 100-250 kcal, haftada toplam 1000 kcal enerji harcaması sağlayan egzersizler ile başlanmalı, ilerleyen dönemlerde her seansta 300-400 kalori enerji harcaması hedeflenmelidir. Verilen kiloların geri alınmaması için egzersizler; hedef başlangıç kilosunun %10'u oranında ve haftada 0.5 kg-1.0 kg olacak şekilde planlanmalıdır. Egzersiz modeli, obez bireyin fiziksel ve fonksiyonel gelişimine göre egzersizin sıklığı, süresi ve şiddeti değiştirilerek takip edilmelidir.

KAYNAKLAR

1. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins, 2018.
2. de Souto Barreto P. Exercise for multimorbid patients in primary care: One prescription for all?. Sports Medicine. 2017;47(11):2143-2153.
3. Al-Mallah MH, Keteyian SJ, Brawner CA, Whelton S, Blaha MJ. Rationale and design of the Henry Ford Exercise Testing Project (the FIT Project). Clinical Cardiology. 2014;37(8):456-461.
4. Santangelo KS, Radakovich LB, Fouts J, Foster MT. Pathophysiology of obesity on knee joint homeostasis: contributions of the infrapatellar fat pad. Hormone Molecular Biology and Clinical Investigation. 2016;26(2):97-108.
5. Nelson A E, Allen KD, Golightly YM, Goode AP, Jordan JM. A systematic review of recommendations and guidelines for the management of osteoarthritis: the chronic osteoarthritis management initiative of the US bone and joint initiative. In Seminars in Arthritis and Rheumatism. 2014;43(6):701-712.
6. Ardıç F. Egzersiz reçetesi. Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi. 2014;60 (2):1-8
7. Liao CD, Tsauo JY, Lin LF, Huang SW, Ku JW, Chou LC, Liou TH. Effects of elastic resistance exercise on body composition and physical capacity in older women with sarcopenic obesity: A CONSORT-compliant prospective randomized controlled trial. Medicine. 2017;96(23):e7115.
8. Donnelly JE, Jakicic JM, Pronk NP, Smith BK, Kirk E P, Jacobsen DJ, Washburn R. Is resistance exercise effective for weight management? Evidenced Based Preventive Medicine. 2004;1:21–29.
9. Rayes ABR, de Lira CAB, Viana RB, Benedito-Silva AA, Vancini RL, Mascarin N, Andrade MS. The effects of pilates vs. aerobic training on cardiorespiratory fitness, isokinetic muscular strength, body composition, and functional tasks outcomes for individuals who are overweight/obese: a clinical trial. Peer J. 2019;7:e6022.
10. Jakicic JM, Otto AD. Physical activity considerations for the treatment and prevention of obesity. The American Journal of Clinical Nutrition. 2005;82(1):226-229.
11. Boutcher SH. High-ıntensity ıntermittent exercise and fat loss. Journal of Obesity. 2010;(2011):10, doi:10.1155/2011/868305.
12. Gibala MJ, Little JP, MacDonald MJ, Hawley JA. Physiological adaptations to low-volume, high-intensity interval training in health and disease. The Journal of Physiology. 2012;590(5):1077-1084.

13. Jung ME, Bourne JE, Beauchamp MR, Little JP. High-intensity interval training as an efficacious alternative to moderate-intensity continuous training for adults with prediabetes. Journal of Diabetes Research. 2015:9, Article ID 191595.
14. Smith-Ryan AE, Trexler ET, Wingfield HL, Blue MN. Effects of high-intensity interval training on cardiometabolic risk factors in overweight/obese women. Journal of Sports Sciences, 2016;34(21):2038-2046.

ÇEVRİMİÇİ (ONLİNE) BEDEN EĞİTİMİ

Prof. Dr. Hüseyin ÜNLÜ

Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Eğitimde teknoloji kullanımı eskiden öğretmenler için bir tercih iken ve öğretmenler geleneksel sınıflarda kendilerini daha rahat hissederken günümüzde öğretme öğrenme sürecinde teknoloji kullanımı neredeyse bir zorunluluk haline gelmiştir. Öğrencilerin teknoloji ile iç içe olduğu ve teknolojiyi yaygın bir şekilde kullandıkları günümüzde, öğretmenlerin öğrencilere ulaşabilmek için teknolojiyi göz ardı etmemeleri gerekir.

Teknolojinin eğitim sürecine dahil olması ve eğitimde teknoloji kullanımının artması aslında geçmişi çok eskilere dayanan uzaktan eğitim uygulamalarının da yaygınlaşmasını sağlamıştır.

Uzaktan eğitim öğrenenlerin öğrenme kaynaklarından uzak; zaman ve mekan açısından da farklı konumlarda yer aldıkları bir eğitim şekli olarak bilinmektedir. Uzaktan eğitim ilk olarak mektupla başlamış, daha sonra radyo ve televizyon gibi görsel ve işitsel araçlar, telekonferans ve açık üniversiteler yoluyla yapılmıştır. Şuan uzaktan eğitimde bilgi iletişim teknolojileri yaygın bir şekilde kullanılmaktadır (Bozkurt, 2019). Bu teknolojiler içerisinde ise internet ve web tabanlı dersler en önemli seçeneklerinden birisi olmuştur. İnternet teknolojisinin günlük yaşamın vazgeçilmez unsurlarından biri olması, uzaktan eğitim teknolojileri içerisinde çevrimiçi eğitimin önemli ölçüde yer bulmasını sağlamıştır. Bu gelişmeye paralel olarak çevrimiçi beden eğitimi dersleri de son on yılda yaygın bir hale gelmiştir (SHAPE, 2016).

Çevrimiçi beden eğitimi dersleri bilgisayar ekranında değil gerçek dünyada gerçekleşir. Öğrencileri hareket ettirme ve öğrencilerin farklı fiziksel aktivitelere katılmalarına imkan verir. Çevrimiçi beden eğitimi dersleri genellikle bilgisayar tabanlı bir bölüm ve etkinlik bölümünden oluşur. Bilgisayar tabanlı bölüm beden eğitimi ve sporla ilgili teorik konuları, ödevleri ve sınavları içerir. Etkinlik kısmı ise genellikle öğrenciye bağlıdır. Öğrenciler devam ettikleri sporlara katılabilirken, yürüyüş, koşu ve yüzme gibi çeşitli aktivitelere de dahil olabilirler. Öğrencileri izlemek için, kalp atış hızı monitörü, polar veya adımsayar gibi teknolojiler, öğrenci günlükleri ve video kayıtları kullanılabilir. Bunlar veliler ve öğretmenler tarafından belli periyotlarda kontrol edilebilir.

Çevrimiçi beden eğitimi, aktivite seçimi, katılım zamanı ve mekanı gibi konularda öğrencilere sağladığı özgürlükler nedeniyle öğrenciler tarafından tercih edilmektedir. Yüzyüze eğitimde beden eğitimi öğretmenleri sınıfın tamamıyla ilgilenirken, çevirimiçi derslerde öğrenciyle bireysel olarak ilgilenebilmekte ve öğrencilere bireysel dönütler sağlayabilmektedir. Bunun yanında çevrimiçi beden eğitimi dersleri bilişsel davranışların kazandırılması etkili iken; psikomotor ve duyuşsal davranışların nasıl kazandırılacağı konusunda bir takım zorlukları da bünyesinde barındırmaktadır. Ayrıca çevrimiçi derslerin tamamı için önemli bir tartışma konusu olan değerlendirme, çevirim içi beden eğitimi dersleri içinde geçerliliğini korumaktadır.

Genel olarak incelendiğinde; çevrimiçi ve yüz yüze öğeleri birleştiren eğitimin, tamamen çevrimiçi ya da tamamen yüz yüze eğitime göre daha büyük bir avantaja sahip olduğu belirtilmiştir (Mohnsen, 2012). Bu da hibrit ya da harmanlanmış eğitim modeli olarak bilinmektedir.

Çevrimiçi eğitimin gelecekte geleneksel eğitimin yerini alacağı öngörüsüyle birlikte beden eğitimi dersi programlarının ve beden eğitimi öğretmenlerinin çevrimiçi öğrenme süreçlerine ve digital dönüşüme açık olması gerektiği de bir gerçektir.

Kaynakça:

Bozkurt, A. (2019). From Distance Education to Open and Distance Learning: A Holistic Evaluation of History, Definitions, and Theories. In S. Sisman-Ugur, & G. Kurubacak (Eds.), *Handbook of Research on Learning in the Age of Transhumanism* (pp. 252-273). Hershey, PA: IGI Global.

Mohnsen, B. (2012). Implementing online physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, *83*(2), 42-47.

SHAPE America – Society of Health and Physical Educators. (2016). *Shape of the nation: Status of physical education in the USA*. Reston, VA: Author.

ÇOCUK VE GENÇLİK SPORLARINDA EBEVEYNİN ROLÜ

Dr. Emine Çağlar
Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Çocuk ve gençlerin spora katılımını sağlayanlar ebeveynleridir. Ebeveynler, idari işler, katılım için gerekli ödemeleri yapma, antrenman ve müsabakalara ulaşımı sağlama, müsabakalarda destek/teşvik sağlama gibi rollerle hem maddi hem de manevi olarak çocuklarının spor yaşamlarında yer alırlar. Çocuk ve genç sporcular kariyerleri boyunca antrenörleri, takım arkadaşları, öğretmenleri dahil olmak üzere çeşitli kaynaklardan desteğe ihtiyaç duyarlar ama en etkili sosyal destekleri ebeveynleridir. Sağladıkları sosyal destek ile birçok ebeveyn, çocuklarının spor ortamındaki deneyimlerini olumlu bir şekilde etkilemektedir.
Araştırmalar ebeveyn desteği ve teşvikinin, çocukların yeterlik algısı, zevk alma ve güdülenmeleri ile pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra sözel eleştiri, zıtlaşma ve müsabaka sırasında öfke sergileme davranışlarıyla ebeveynlerin çocuk ve gençlerin spor deneyimleri üzerinde olumsuz etkileri olduğu de araştırmalarla belgelenmiştir.
Çocukların ebeveyn davranışlarına gösterdikleri tepkiler, ebeveynlerin çocuklarının spor yaşamına dahil olma derecesine göre farklılaşabilmektedir. Hellstedt (1987), ebeveynlerin çocuklarının spor yaşamlarına dahil olma derecesinin bir uzamda yer aldığını, bir ucunda aşırı dahil olma, diğer uçta çok az dahil olma ve ikisinin arasında orta düzeyde dahil olmanın bulunduğunu belirtmiştir. Çok az dahil olan ebeveynler, göreceli olarak duygusal, finansal ya da fonksiyonel katılımı az olan ebeveynlerdir. Orta düzeyde dahil olanlar, çocuklarının karar verme sürecine katılımına izin veren, biraz esneklikle sıkı yönlendirmeler yapan ebeveynlerdir. Aşırı dahil olan ebeveynler, çocuklarının başarısının daha sonra eğitim ve kariyer fırsatları sağlayacağını umarak çocuklarının spora katılımından tatmin olma ihtiyacı olan ebeveynlerdir. Kendi isteklerini, hayallerini ve ihtiyaçlarını çocuklarınınkinden ayırt edemezler.
Ebeveynlerin çocuklarının spor yaşamına dahil olma derecesine göre çocukların gösterecekleri tepkilerde değişimler olabilmektedir. Örneğin; elit tenis oyuncularıyla yapılan retrospektif bir çalışmada, ebeveynlerinin aşırı dahil olmaları nedeniyle oyuncuların baskı altında hissettikleri ortaya konmuştur. Benzer şekilde, ebeveynlerin çocuklarının spora katılımlarına yaptıkları yatırım (duygusal, finansal vb.) miktarı ile çocukların algıladıkları baskı arasında pozitif bir ilişki olduğu da rapor edilmiştir. Ayrıca çocuk sporcuların aşırı ebeveyn dahiliyetine ilişkin algılamalarının, yüksek düzeyde kaygı ve tükenmişlik ile ilişkili olduğu bulunmuştur.
Diğer taraftan çocuk ve genç sporcular, ebeveynlerinin destekleyici davranışlarının ortama/duruma (örneğin ev, antrenman, müsabakalar), zamana (müsabaka öncesi, sırasında ve sonrası), sporcunun hedeflerine, müsabakanın sonucuna ve ebeveynlik deneyimine göre de değişiklik göstereceğini belirtmişlerdir. Örneğin, Knight, Neely ve Holt (2011) çocuk ve genç sporcuların müsabaka sırasında ebeveynlerinin olumlu ve teşvik edici olmaları ve görevlilerle olumlu bir şekilde iletişime geçmelerini, aşırı dikkat çekecek davranışlarda bulunmamalarını, müsabaka sonrasında ise olumlu ve gerçekçi geri bildirimlerde bulunmalarını tercih ettiklerini ortaya koymuşlardır. Daha spesifik olarak belirtmek gerekirse; çocuk ve genç sporcular, müsabaka sırasında ebeveynlerin tüm takımı teşvik etmelerini, sonuçtan ziyade çabaya odaklanmalarını, müsabaka boyunca sporcularla olumlu bir şekilde etkileşimde bulunmalarını, duygularını kontrol etmelerini, dikkati kendilerine ya da çocuğuna çekmemelerini, antrenörlük yapmamalarını ve görevlilerle tartışmamalarını istemektedirler.
Çoğunlukla ebeveynlerin çocuklar üzerine etkilerine odaklanılmasının yanı sıra son yıllarda spor yapan çocuklara ebeveynlik deneyimleri ve özellikle ebeveynlerin yaptıkları şeyi niçin yaptıklarını anlamaya odaklanılmış, bu mekanizmalarla ilişkili olarak çocukların performansları ve psikososyal kazanımları irdelenmiştir. Bu araştırmalardan yola çıkarak ebeveynlerin çocuklarının spor yaşamına daha nitelikli dahil olmasını sağlamak amacıyla ebeveyn eğitim programları oluşturulmuştur. Yapılan araştırmalar bu programların ebeveynlerin bilgi, tutum ve becerilerini geliştirdiğini, ebeveynlerin duygusal deneyimleri, hedef yönelimleri ve genel olarak etkin ebeveynlik üzerine olumlu etkileri olduğunu ortaya koymuştur.

TRANSVERSUS ABDOMİNUS-MULTİFİDUS AKTİVASYONUNUN RE-EDÜKASYONU

Prof. Dr. Derya ÖZER KAYA

İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

Sportif aktiviteler sırasında omurga üzerine fizyolojik stresi aşan yüklenmeler kas ve ligament yapılarındaki basit sprain ya da strainden kırık veya spinal kord yaralanmasına kadar geniş bir varyasyonda oluşabilir. Sporcularda omurgadaki en yaygın ağrı şikayeti belde, yani lumbal bölgede oluşur. Lumbal bölge yaralanmalarının hayat boyu prevelansı %1-94, nokta prevelansı %18-65 olarak belirtilmiştir (1-3). Bu ağrılı süreçler ve yaralanmalar, omurganın temel çekirdek stabilitesini olumsuz etkiler. Stabilite kontrol yetersizliği ile biyomekanik değişiklikler, zayıf postüral farkındalık, hareket açıklığının ve mobilitenin kaybı, fonksiyonel rijidite, yetersiz denge ve koordinasyon, uygunsuz zamanlama, hareketin algılanmasında bozukluk ile nöromüsküler kontrol mekanizmalarının etkilenmesi omurgada fonksiyon yetersizliğe yol açar (4,5). Yaralanmaların önlenmesi ya da bir kez oluştuktan sonra rehabilitasyonu ve tekrar eden yaralanma oluşmaması için dinamik nöromüsküler sistemin stabilizasyonunun sağlanması gerekir. Bu amaçla, son yıllarda geleneksel kuvvetlendirme modeli yerine "Kinetik Halka Modeli" ve "Spinal Stabilite" kavramları gündeme gelmiştir. Kinetik halka modeli vücudu birbirine bağlı segment halkaları olarak betimleyen, doğru sıralı bir hareketin ortaya çıkarılmasını sağlayan modeldir. Spinal stabilite ise kuvvet ve enduransın yanı sıra derin duyu ile propriosepsiyonu, tonik kasları özellikle transversus abdominus ve multifidus kaslarını ateşlemek yoluyla geliştirmeye odaklanan stabilizasyon egzersizlerinin üzerinde durmaktadır. Lumbo-pelvik kuşağın desteklenmesi ve omurgaya temel stabilite sağlamak için derin kompartman kasları olan multifidus kasları, transversus abdominus ve pelvik taban kasları ile birlikte çalışır. Bu şekilde herhangi bir aktivite sırasında bel omurgası segmental olarak stabilize edilir, yaralanma ve ağrıya neden olabilecek yüklenme önlenir. Ayrıca, herhangi bir hareketi uygulamak için düşünmeye başlamanın hemen ardından milisaniyeler içinde kasılan transversus abdominis kası, yoğun sportif aktivite sırasında, sadece gövdeyi değil ekstremiteleri de stabilize etmede rol oynar. Örneğin, bir voleybolcu topa vurmak için kolunu kaldırıldığında, kinetik enerji topa iletilirken transversus abdominis ve multifidus kasları sporcuyu stabilize etmek ve ekstremitede doğru zamanda kaliteli bir hareket ortaya çıkarmak için kasılır (4,6,7).

Herhangi bir lumbal fonksiyon bozukluğunda transversus abdominus kasının ateşlenmesinde gecikme ve multifidus kasında atrofi olduğu belirlenmiştir. Kapsamlı, ilerleyici bir spinal stabilizasyon programı ile temelde bu kasların doğru aktivasyonlarının sağlanması ile yeniden eğitilmesi (re-edukasyonu), mobilite ve stabilite dengesinin oluşturulması, daha sonra fonksiyonel ve spora özel egzersizlere ilerleyen rehabilitasyon süreçleri yaralanmaların önlenmesi ya da oluşmuş olan problemlerin çözümlenmesinde etkili olabilir (4-7). Bu kasların eş zamanlı kokontraksiyon oluşturarak aktive edilmesi için farklı teknikler önerilmiştir. En sık kullanılan teknikler, "abdominal içine çekme manevrası veya hollowing" ile "abdominal korseleme" olarak bildirilmiştir. Hollowing tekniğinin motor re-edukasyon, korseleme tekniğinin stabilizasyon arttırmak için kullanılabileceği bildirilmiştir (8,9). Tekniklerin uygulanması için öncelikle nötral omurganın sağlanması, transversus abdominus kasının otomatik minimum kontraksiyonlarının farkındalığının oluşturulması ve tercih edilen teknik ile bilinçli motor aktivite oluşturulup, kokontraksiyonun belli süreler sürdürülmesi ve sırtüstü, yüzüstü, yan yatış, ayakta durma gibi farklı pozisyonlarda oluşturulup korunabilmesi gerekir. Amaç, iyileşmeyi ve gelecekteki yaralanmanın önlenmesini sağlamak için tasarlandığı şekliyle günlük yaşam aktiviteleri veya sportif performans sırasında transversus abdominusun otomatik fonksiyonunu elde etmektir. Bu kapsamda, kasların otomatik hızlı aktivasyonlarının sağlanması ve kompleks sportif aktivitelerde yüklenmelere karşı direncin oluşturulabilmesi için pek çok egzersiz, ilerleyici ve fonksiyonel olarak, farklı materyal ve egzersiz çeşitliliği ile spinal stabilizayon egzersizleri olarak yapılandırılır. Alanyazında, bu tip egzersiz ve eğitimlerin koruyucu ve tedavi edici etkileri ortaya konulmuştur (8-12).

Kaynaklar

1. Patel, S. A., Vaccaro, A. R., & Rihn, J. A. (2013). Epidemiology of spinal injuries in sports. *Operative Techniques in Sports Medicine*, *21*(3), 146-151.
2. Trompeter, K., Fett, D., Brüggemann, G. P., & Platen, P. (2018). Prevalence of Back Pain in Elite Athletes. German Journal of Sports Medicine/Deutsche Zeitschrift fur Sportmedizin, 69.
3. Wilson, F., Ardern, C. L., Hartvigsen, J., Dane, K., Trompeter, K., Trease, L., ... & Newlands, C. (2020). Prevalence and risk factors for back pain in sports: a systematic review with meta-analysis. British Journal of Sports Medicine.
4. Watkins, R., & Kordecki, M. (2020). Rehabilitation of the Athlete's Spine. In Spinal Conditions in the Athlete (pp. 25-35). Springer, Cham.
5. Ball, J. R., Harris, C. B., Lee, J., & Vives, M. J. (2019). Lumbar Spine Injuries in Sports: Review of the Literature and Current Treatment Recommendations. Sports medicine-open, 5(1), 26.
6. Myer, G. D., Jayanthi, N., DiFiori, J. P., Faigenbaum, A. D., Kiefer, A. W., Logerstedt, D., & Micheli, L. J. (2016). Sports specialization, part II: alternative solutions to early sport specialization in youth athletes. Sports health, 8(1), 65-73.
7. Lynders, C. (2019). The Critical Role of Development of the Transversus Abdominis in the Prevention and Treatment of Low Back Pain. *HSS Journal®*, *15*(3), 214-220.
8. Lynders, C. (2019). The Critical Role of Development of the Transversus Abdominis in the Prevention and Treatment of Low Back Pain. HSS Journal®, 15(3), 214-220.
9. Norrie, J. P., & Brown, S. H. (2020). Brace yourself: How abdominal bracing affects intersegmental lumbar spine kinematics in response to sudden loading. Journal of Electromyography and Kinesiology, 54, 102451.
10. Kaya, D. O., Ergun, N., & Hayran, M. (2012). Effects of different segmental spinal stabilization exercise protocols on postural stability in asymptomatic subjects: randomized controlled trial. Journal of back and musculoskeletal rehabilitation, 25(2), 109-116.
11. Celenay, S. T., & Kaya, D. O. (2017). Effects of spinal stabilization exercises in women with benign joint hypermobility syndrome: a randomized controlled trial. Rheumatology international, 37(9), 1461-1468.
12. Shaikh, A. I., Nuhmani, S., Kachanathu, S. J., & Muaidi, Q. I. (2019). Relationship of Core Power and Endurance with Performance in Random Intermittent Dynamic Type Sports. Asian Journal of Sports Medicine, 10(1).

NEDENLERİ VE NİÇİNLERİ İLE ENGELLİLERDE SPOR

Prof.Dr. Levent İLHAN

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / ANKARA

Bu yılki kongrede "*Nedenleri ve Niçinleri ile Engellilerde Spor*" konusu belirlerken farklı gelişim gösteren bireylerin son zamanlarda sosyal hayata katılımlarında gözle görülür artış olmasının yanı sıra engelli sporlarında nicelik ve nitelik yönünden yurtiçi ve yurtdışı yarışmalarda son yıllarda elde edilen başarıların etkisi olmuştur. Farklı gelişim ifadesi son zamanlarda daha sık duyduğumuz bir sözcük, nitekim insanlar arasındaki bireysel farklılıklar insanlığın başlangıcından bu yana mevcut, bilimsel olarak insanlığın başlangıcı 200.000 yıl önce varsayılırken, 2017 yılında Kuzey Afrika'da bulunan fosillerden yola çıkan bilim insanları bunu başlangıcı 100.000 yıl daha geri götürdüler. O halde bu farklılıkları 300.000 yıl öncesinden başlatmamız gerekir. İlkel insan için yaşam koşullarının zorluğu içerisinde avlanamayan- beslenemeyen pek çok insan bu zorlu mücadeleden yenik ayrılıyordu. Sosyal hayata geçişte ise kendilerinden farklı görünen insanları tanrılara kurban gönderiyorlardı yada farklı kolonilerde yaşamaya zorlayıp ölüme terk ediyorlardı. Büyük dinlerin ortaya çıkışı ve kutsal kitaplardaki telkinler ve öğretiler ve peygamberlerin davranışları engelli bireylerin toplumlarda rahat yaşamaya başladığı yeni bir dönem olarak karşımıza çıkıyor. Engelli bireylerin eğitimi önceleri din adamları tarafından yürütülen bir eğitim olarak görülmüş, sonraki dönemlerde hekimler bu alanda çalışmışlardır. Daha sonra bu işin bir öğretmeni olması görüşü kuvvetlendi. Günümüzde özel eğitim bir ekip işi, kollektif bir yapı olarak görülmekte ve engelli bireylerin yaşam kalitelerini artırma çabası içerinde özel beden eğitimi ve spora da önemli bir rol düşmektedir. Gelişmiş toplumlarda engellilere sunulan hizmetler sınır tanımamaktadır. Ülkemizde de son yıllarda çıkarılan kanun ve yönetmelikler engelli vatandaşlarımızın sosyal yaşamları, istihdamları ve eğitimleri gibi konularda geçmiş yıllara göre bazı olumlu gelişmeleri ortaya koymaktadır. Özellikle Avrupa Birliği uyum yasaları dezavantajlı grupların yaşamlarına doğrudan fayda sağlayacak içerikleriyle ön plana çıkmıştır. Çıkarılan kanunlar tam manasıyla hayata geçirildiğinde tüm vatandaşların sosyal hayatında olumlu etkiler oluşturduğunda anlam ifade etmekte ve asıl hedefine ulaşmaktadır. Engelliler sporunun tek öznesinin bizzat engelli birey olamadığını bu konunun özellikle ülkemizde toplumsal yansımalarının çok fazla öne çıktığını söyleyebiliriz. Bu konudaki araştırmalar iki ayrı model üzerinden yürütülmektedir. Bunlardan biri sağlık modeli yada medikal model, diğeri ise sosyal modeldir. Medikal model engelli bireyin yetersizliklerini bireysel olarak ele alıp yorumlayan ve çözümler üretmeye çalışan bir modeldir. Sosyal model ise bireylerin "yetersiz" olmadığını ileri sürmektedir. Bireyleri engelli kılan başlıca etmen, toplumun kısıtlayıcı, dışlayıcı, ayrımcı, damgalayıcı ve dolayısıyla engelleyici tutumudur. Engellilerde spor alanına sosyal model temelinde bir yaklaşım gösterildiğinde engelliler sporunda özne sayısının çok fazladır. Bu çok boyutlu modelde pek çok zorlanma yaşanabilmekte ve sosyal grup içerisindeki çevrelerin farkındalığı ve tutumu da engelliler sporunun yaygınlaşmasının belirleyicisi olabilmektedir. Araştırma kurgularımızı yaparken yola çıkış noktamız her zaman alanımızdaki problemler yada sorunlar üzerinden giderek konu belirlemek ve belirlediğimiz konuların çözümlerine yönelik yöntemleri yada yol haritamızı gözeterek bulgulara ve nihayetinde de sonuçlara ulaşmak ve ulaştığımız sonuçlar üzerinden de çözüm önerileri ortaya koymaktır. O halde engelliler sporu alanındaki sorunlardan biri olarak karşımıza çıkan bir soru: *Acaba engelli bireylerin spora yönlenmeleri önünde sorun teşkil eden unsurlar nelerdir?* Bu sunumda bilimsel çıktıları itibariyle 2020 yılında Yılmaz ve arkadaşlarının üzerinde çalıştıkları bu konu hakkında durumu betimlenmiştir. Engelli bireylerde spora katılım önündeki engeller kavramı: farklı derecelerde yetersizlikten etkilenmiş olan bireylerin spor yapmasını zorlaştıran (farkındalık, sosyal etki, çevresel etkenler, maddi imkanlar, duygusal özellikler gibi) kavramların tümünü ifade etmektedir. Engelli Bireylerde Spora Katılımın önündeki zorlanmalar ile ilgili 3 boyuttan bahsedebiliriz. Bu boyutlar çevresel zorlanma, farkındalık ve duyuşsal kaçınmadır. Tüm bunlara rağmen katılım önündeki zorlanmaları göğüslemiş ve farklı branşlarda engelli sporcuların spora hangi motivasyonel kaynaklarla yöneldikleri ise bu sunumun ikinci perdesini oluşturmaktadır. Bu aşamada ise 2020 yılında Demir ve arkadaşlarının engelli sporcuların spora katılım motivasyonları betimlenmeye çalışılmıştır. Motivasyon kavramına, spora yönelme ya da yöneltme mantığı ile yaklaşıldığında, özellikle engelli bireyler arasında sporu yaygınlaştırmak ve bu yaygınlaştırma hareketinde kullanılabilecek dinamikleri belirleme gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Nasıl ki, beden eğitimi ve spor, genel eğitimin ayrılmaz bir parçası ise farklı gelişim özelliklerinden dolayı genel eğitimden faydalanamayan bireyler için yapılandırılmış bir sistem olan, özel eğitim sisteminin ayrılmaz bir parçası da özel beden eğitimi ve spordur. Bu

doğrultuda neredeyse kusursuz olarak hazırlanmış mevzuatların hayata geçirilmesini, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde spor eğitimcisi istihdam etmenin zorunlu hale getirilmesini ve okul öncesi dönemlerden başlanarak farkındalık çalışmalarının hayata geçirilmesi genel olarak pek çok zorlanmayı ortadan kaldırabilecektir.

EGZERSİZ ÖNCESİ RİSK ANALİZİ VE VAKA ÖRNEKLERİNDE EGZERSİZ REÇETELENDİRMESİ

Doç. Dr. Özgür Kasımay Çakır

Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Spor Fizyolojisi Bilim Dalı

Son 5 yıl içinde Amerikan Spor Hekimliği Koleji (ACSM) tarafından güncellenmiş olan önerilere göre egzersize başlamak isteyen birey değerlendirilirken 1) Kişinin fiziksel aktivite düzeyi, 2) Bilinen kardiyovasküler, metabolik (örn tip 1 veya 2 diyabet) veya böbrek hastalıklarının bulgu veya semptomlarının varlığı, 3) Planlanan egzersiz yoğunluğu dikkate alınır. Fiziksel olarak aktif olan ve bilinen hastalığı veya bulgusu olmayan bireyler egzersiz uygulamalarına devam edebilirler ve ACSM'nin önerilerine uygun olarak yoğunluğu arttırabilirler. Asemptomatik olup, bilinen hastalığı olan fiziksel aktif bireyler yeni bir tıbbi değerlendirme gerekmeden orta yoğunlukta egzersize devam edebilirler. Sonuç olarak, yeni bulgu veya semptomu olan bireylerin egzersize devam etmeleri önerilmez ve tıbbi değerlendirme sonrası egzersiz önerileri tekrar düzenlenir. Bilinen hastalığı olan fiziksel olarak inaktif bireyler ve/veya bulgu veya semptomları olanlar egzersize başlamadan önce tıbbi değerlendirmeden geçmelidirler. Örneğin 40 yaşında, ağırlığı 113 kg, boyu 175 cm, 10 yıldır sürekli kilo aldığını ifade eden, ağırlık taşırken göğüs ağrısı olan, ağabeyi 47 yaşındayken kalp krizi geçirmiş olan bir hastaya egzersiz reçetesi planlanırken, hastanın mevcut yeni bulgusu nedeniyle egzersiz testine alınması gerekir. Test esnasında herhangi bir semptomun veya iskemik EKG bulgusunun varlığı değerlendirilir. Bu vakada test esnasında beklenmeyen bir bulgu gözlenmemiştir. Egzersiz uygulamalarının sürdürülebilir olması için kişiye uygun yoğunluk, süre ve sıklıkta tasarlanıp, mutlaka ısınma ve derlenme sürelerini içeren bir plan yapılmalıdır. Obezite problemi olan bu hastaya ilk planda grup 1 aktivitelerden olan yürüyüş veya bisiklet önerilebilirken, ortopedik problemler açısından bir süre sonra yüzme egzersizleri de egzersiz reçetesine eklenebilir. Yaklaşık 20 ila 30 dakikalık egzersiz uygulamaları ile başlanabilir. Süre haftalar içinde 40 ila 45 dakikaya hatta 60 dakikaya kadar çıkarılabilir. Tek seansta 60 dakikadan uzun süren egzersiz uygulamaları önerilmemektedir. Egzersizin sıklığı açısından ise kondisyonsuz bireyler tarafından haftada iki kez yapılan egzersizin kalp akciğer fonksiyonu arttırdığı gösterilmişse de genellikle önerilen haftada 3 ila 6 kez egzersiz yapılmasıdır. Daha sık yapılan uygulamaların kondisyona katkısı çok az olmakla beraber sakatlık riskini arttırmaktadır. Bahsi geçen hasta haftada 3 gün ile başlayıp, haftalar içinde egzersiz sıklığını 5 ila 6 güne çıkarabilir. Egzersizin yoğunluğunu belirlemek için ise nabız sayısı, koşu bandında hız ve eğim, bisiklette yoğunluk, konuşma testi, algınan eforun derecelendirilmesi skalası kullanılabilir. Bu hastada kalp hızı rezervi (KHR) formülü kullanılarak, KHR'inin %50-70'i yoğunluk olarak belirlenebilir. Bu vakada ısınma ve derlenme dönemi için 3 ila 5 dakika yeterli olacaktır. Sonuç olarak, obezite problemi olan hastaya bireysel egzersiz reçetesi oluşturmak amacıyla – Ne tip egzersiz?, – Ne kadar süre?, - Ne sıklıkta?, - Ne yoğunlukta? sorularına cevap vermek gerekir.

REKREASYONDA ROTA DEĞİŞİMİ: HEDEF HOMO OTİOSUS

Prof. Dr. Bülent GÜRBÜZ

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye

Sanayileşme ve otomasyon sadece ekonomik etkiler yaratmakla kalmamış toplumların sosyolojik ve politik yapısında da önemli değişimlere neden olmuştur. Sanayileşmeyle birlikte pek çok toplumda geleneksel yapı terkedilmiş ve yerini endüstriyel bir yapı almıştır. Bu değişim sürecinde iş saatleri ve çalışma koşullarında önemli düzenlemeler yapılmış ve "serbest zaman" tüm bireyler için bir öncelik ve "hak" olarak algılanmaya başlanmıştır. Çalışma saatleri 40 saat ile sınırlandırılmış ve çalışanlar için yıllık tatil (izin) süreleri belirlenmiştir. Tüm bu yaşananlar bireylerin serbest davranışlarında veya yaşam şekillerinde de önemli değişikliklere neden olmuştur. Serbest zaman davranışında hiç şüphe yok ki kültürel veya ekonomik faktörler gibi pek çok unsur etkilidir. Ancak, özellikle de serbest zaman alanın özerk bir akademik disiplin olarak görülmesiyle birlikte yapılan araştırmalarda bireyin serbest zaman davranışını belirleyen en önemli unsurlardan birinin "serbest zaman algısı" olduğu ifade edilmiştir.

Bireyler serbest zamanı nasıl algılıyor? Serbest zaman onlar için ne anlama geliyor? gibi temel sorular rekreasyonel tercihleri ve katılımı anlamamıza yardımcı olur. Rekreasyonun anlamı bireyin katıldığı aktivitelere ve serbest zamanın anlamını incelemek için kullanılan paradigmalara bağlı olarak değişebilir. Literatürde yer alan çalışmaları incelediğimizde (Höglhammer ve ark., 2015; Roberts, 2019; Veal, 2019) rekreasyonun farklı kültürlerde ve hatta farklı kuşaklarda çeşitli şekillerde tanımlandığını görmekteyiz. Geçmişte daha çok eğlenmek ve oyun oynamak (homo ludens) gibi kavramlarla ilişkilendirilen bu zaman diliminin günümüzde önemi anlaşılmış ve çok daha ciddiye alınması gerekliliği ortaya çıkmıştır. İşte bu felsefeden hareketle serbest zaman biliminde önemli çalışmaları olan Stebbins (2013) rekreasyonun bir evrim geçirdiğini ifade etmiş ve "homo otiosus" kavramını literatüre kazandırmıştır. Bu kavramın dilimizdeki karşılığının "rekreasyon insanı" (leisure man) olduğunu ifade edebiliriz. Homo otiosus, aktif bir serbest zamanı ve bu dilimindeki insan davranışlarındaki kasıtlılığı veya bilinçliliği ifade eder. Stebbins (2017) bu kavrama ilişkin fikirlerini literatürde oldukça önemli bir yeri olan ve kendisi tarafından geliştirilen "Ciddi Serbest Zaman Teorisi" ile ilişkilendirerek açıklamıştır. Bu teoriye göre bireyler serbest zamanlarını kayıtsız serbest zaman aktiviteleri, ciddi uğraşılar ve proje tabanlı aktiviteler ile değerlendirebilir. Ancak, günümüzde bireylerin hedefinin bu zamanı pasif (izleyici) olmaktan daha çok aktif (fiziksel aktivite) bir şekilde değerlendirmelerinin çok daha önemli olduğu anlaşılmıştır. Bunun içinde, homo otiosus" bir kültür ve birey davranışı geliştirilmesine ihtiyaç vardır. Bu hedefi başarmak için, (a) serbest zaman eğitiminin genel eğitim modeli içindeki yerinin belirlenmesine, (b) merkezi ve yerel yönetimlerin bireylerin serbest davranışını geliştirmede sorumluluk üstlenmesine (c) rekreasyon politikasının oluşturulmasına ve (d) geleceğin rekreasyon akademisyenlerinin iyi eğitilmesine ihtiyaç vardır.

DİJİTAL OYUNDAN E-SPOR FEDERASYONUNA GİDEN SÜREÇ: E-OYUN MU, E-SPOR MU?

Prof. Dr. Oğuz ÖZBEK

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

2011 yılında kurulan Dijital Oyunlar Federasyonunun 2013 yılında kapatılmasıyla, dijital oyunlar Gelişmekte Olan Sporlar Federasyonu içine alındı. 2018 yılında E-Spor Federasyonu kuruldu. Böylece spor branşlarına arasına e-spor adında yeni bir branş katılmış oldu. 2019 verilerine göre ülkemizde, e-spor branşında 70 adet tescilli kulüp, 63 kadın 844 erkek olmak üzere 907 lisanslı sporcu vardır. Yaklaşık olarak 32 milyon kişi e-spor oynamaktadır (1).

E-spor, sanal ortamda dijital oyunlar ile oyuncuların rekabet ettiği bir aktivitedir. Spor denilince tüm vücudun fiziksel aktiviteye katıldığı bir durum akla gelir. Spor, saatlerce bilgisayar ekranı önünde oturarak maus ve klavye ile oyun oynamanın tam tersi olarak algıladığımız bir kavramdır (2). Dijital oyunlar oyun bağımlısı, asosyal, aşırı kilolu, sağlıksız ve agresif nesillerin yetişmesine neden olmaktadır (3). E-spor oyuncuları oyun oynarken uzun süre hareketsiz kalmaları nedeniyle, kas kaybı, kötü kolesterolün yükselmesi, kalp hastalıkları riski, kilo alımı gibi önemli sağlık sorunları yaşayabilirler (4).

Güney Kore'de 2011 yılında, çocuklara ruhsal sosyal ve fiziksel yönden zarar verdiği gerekçesi ile çevrimiçi oyunları kapatma yasası (Sinderalla Yasası) çıkarıldı. 16 yaşın altındaki çocukların gece yarısı 12:00 ile 06:00 arası bilgisayar oyunları oynaması yasaklandı (5). Çin, Güney Kore, Japonya ve ABD'de, oyun bağımlılığı bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir. Çin kamuoyu, çocuklar ve gençlerden oluşan savunmasız grubu hedefleyen e-spor endüstrisinin hızlı gelişiminden büyük endişe duymaktadır (6).

Bir aktivitenin spor olarak kabul edilebilmesi için şu beş özelliği taşıması gerekir (7): Fiziksel aktivite, Beceri, Rekabet, İstikrar ve Kurumsallık. E-Spor, fiziksel aktivite ve kurumsallık dışında sporun diğer özelliklerini karşılamaktadır. Coakley (8) sporu, "kişisel zevk ve dış ödüllerle motive edilen katılımcılar tarafından yoğun fiziksel aktivite veya nispeten karmaşık fiziksel becerilerin kullanılmasını içeren kurumsallaştırılmış rekabetçi faaliyetler" olarak tanımlamıştır. Coakley sporu tanımlarken, fiziksel aktiviteye ve kurumsallaşmaya vurgu yapmıştır. E-spor ise "sporun birincil yönlerinin elektronik sistemlerle kolaylaştırılarak, oyuncuların ve takımların girdileri ile sisteminin çıktısına insan-bilgisayar arayüzlerinin aracılık ettiği bir spor şeklidir"(9). Bu tanımda ise, fiziksel aktiviteye hiç değinilmemekte, elektronik sistemler ve bilgisayarlar öne çıkmaktadır. Fiziksel aktivitede kas ve eklemlerin kullanılması esastır. E-sporda sadece parmakların hareket etmesi fiziksel aktivitenin eksikliğini göstermektedir. Sadece rekabetçi oyun olması elektronik oyunları spor olarak tanımlamaya yetmez.

Elektronik oyunların "kaynak kodlarının" oyun üreten yazılım firmaların elinde olması, kuralların bağımsız kurumlar yerine başkaları tarafından kontrol edilmesi anlamına gelir (10). Bu durum kurumsallaşmanın önünde bir engeldir. Kurumsallaşmanın eksik kalması elektronik oyunların spor olarak kabul edilemeyeceğine diğer bir işarettir. E-sporun fiziksel aktivite ile bilişsel aktivite arasında bir yere yerleştirilmesi durumunda fiziksel aktiviteye yakın durduğu (11) ileri sürülse de e-spordaki yoğun bilişsel aktivite, el-göz koordinasyonu ve parmak hareketlerinden oluşan beceriler vücudun fiziksel aktivite ihtiyacını karşılayamaz.

Kurumsallaşma sporun temel niteliklerinden biridir. Kurumlar kuralları belirler ve oyunları, yarışmaları ve katılımcıları onaylar (12). E-spor, henüz kurumsallaşmasını gerçekleştirememiştir. Ulusal federasyonları kurulsa bile IOC tarafından tanınmamıştır. Kurumsallaşma oyun kurallarını düzenleme ve denetlemeyi de kapsar. Pary'e (10) göre, video oyunlarında kural koyucu oyunu üreten yazılım firmasıdır. Oyunlardaki kuralları kontrol eden, belirleyen ve değiştirme yetkisine sahip olan video oyununun patentini elinde bulunduran üretici firmalardır. Oyunlardaki kurallara ulusal ve uluslararası spor örgütlerinin müdahalesi mümkün görünmemektedir. E-spor, oyun ve rekabeti içeren, oyunları iç kurallarına göre düzenlenen, bilişsel beceri gerektiren ve geniş bir takipçiye sahip olan bir aktivitedir. Bununla birlikte, E-sporda tam anlamıyla bir fiziksel aktivitenin ve kurumsallaşmanın

olmadığı bir gerçektir (13). Fiziksel yarışma ve bedensel beceri eksikliği, e-sporun spor olduğu konusunu tartışmalı bir hale getirmektedir (11).

Spor kurumsallaşmış, kendi kuralları ile yönetilen, insanın fiziksel becerisinin temel rol oynadığı yarışmaları ifade eder. Sporda gerekli olan beceriler, sporcunun tüm vücut becerileridir (10). Bu yönü eksik olan rekabetçi çevrimiçi bilgisayar oyunlarının spor olarak tanımlanması mümkün görünmemektedir. E-spor, geleneksel spordan farklıdır ve spor değildir. Elektronik Spor (E-spor) yerine, Dijital Oyun ya da Elektronik Oyun (E-oyun) kavramı kullanılmalıdır.

KAYNAKLAR

1- TEFSED (2019). 1. E-spor Çalıştayı Sonuç Raporu. Türkiye E-spor Federasyonu.

2- DiFrancisco-Donoghue J, Balentine JR. Collegiate eSport: Where Do We Fit In? Current sports, medicine reports 2018;17(4):117-118.

3- Crawford G, Gosling K V. (2009). Human Kinetics, Inc. More Than a Game: Sports-Themed Video Games and Player Narratives, Sociology of Sport Journal, 26, 50-66.

4- Çiloğlu F. (2019). "Espor ve Sağlık", Sporda Dijital Devrim Espor, Editörler (C. Güler, D. B. Çakar), Gazi Kitabevi: Ankara, s. 1-27

5- https://cgiclinic.com/south-korea-special-shutdown-law-aka-cinderella-curfew/.

6- Lu Z. (2016) From E-Heroin to E-Sports: The Development of Competitive Gaming in China, The International Journal of the History of Sport, 33:18, 2186-2206.

7- Cunningham B G, Fairley S, Ferkins L, Kerwin S, Lock D, Shaw S, Wicker P. (2018).eSport: Construct specifications and implications for sport management Sport Management Review, 21, 1-6.

8- Coakley J. (2001). Sport in Society. Issues & Controverties. McGrav Hill Higher Education: Boston.

9- Hamari J, Sjöblom M. (2017). What is eSports and why do people watch it? Internet Research, 27 (2), 211-232.

10- Parry J. (2019). E-sports are Not Sports, Sport, Ethics and Philosophy, 13:1, 3-18.

11- Jonasson K, Thiborg J. (2010). Electronic sport and its impact on future sport Sport in Society, 13(2), 287–299.

12- Cem Abanazir (2019) Institutionalisation in E-Sports, Sport, Ethics and Philosophy, 13:2, 117-131.

13- Jenny E S, Manning R D, Keiper C M, Olrich W T. (2017). Virtual(ly) Athletes: Where eSports Fit Within the Definition of "Sport", QUEST, 2(69), 1, 1–18.

TERAPATİK REKREASYON: OTİZM UYGULAMASI

Prof.Dr.Suat Karaküçük

Gazi Üniversitesi Rekreasyon Bölümü

Herkes Kadar Ayni, Herkes Kadar Farkli Olan Otistik Bireylere…
Saygideğer Ailelerine ve Gönüllü Eğitmenlik Yapan Sevgili Öğrencilerimize…

İnsanların ihtiyaçları üzerine odaklanmış olan rekreasyon,aslında bir ilaç olmayı veya tedavi etmeyi ifade etmez. Ancak rekreasyonun kaynakları ve uygulama yöntemleri gerek engelsiz gerekse özel grup bireyleri için vazgeçilmez bir davranışsal değişim ve eğlence alanını oluşturur.Engelli, hasta ve ileri yaş gruplarını oluşturan özel gruplar için bu durum, engelsiz bireyler için var olan toplumsal rekreasyondan öte bir anlam taşır ve terapatik rekreasyon olarak isimlendirilir.

Bu çalışmamızla; bir taraftan rekreasyon biliminin önemli bir alt başlığını oluşturan "terapatik rekreasyon" kavramını açıklayıp terapatik rekreasyon liderliğini bir meslek olarak gündeme getirmeyi, diğer taraftan,terapatik rekreasyon uygulamalarına güzel bir örnek teşkil eden Otistik bireyler spor eğitim projesini(OSEP'i) anlatmayı amaçlamaktayız.

Ülkelerin kalkınmışlık ölçülerinin; askeri güçleri, nükleer silahları, ekonomileri, emperyalist donanımları veya ihtişamlı gökdelenleriyle değil; demokrasinin her dokuya nüfuz ettiği, çaresiz ve zor koşullarda yaşayan insanların ve diğer canlıların azaldığı, çocuk genç ve yaşlıların her anlamda korunduğu,çokkültürlülüğün benimsendiği,inançların özgürce yaşandığı,engelli ve bakıma muhtaç insanların ve ailelerinin gelecek kaygısı taşımadığı ve toplumsal duyarlılığın ülke yönetimi ve halkının ne kadar içselleştirdiği gibi sosyal refah kriterleriyle belirlendiği bir ülke hayaliyle ve böyle bir anlayışın tam olarak bugün olmasa da gelecekte daha yaygın benimsendiği ve uygulandığı bir dünya gerçekleşmesi umut ve temennisiyle değerlendirmelerimizi sürdüreceğiz.

Kentli, kentlileşmiş veya bir sanayi toplumu üyesi olan birey için boş zaman, serbest zaman ve rekreasyon kavramları büyük önem taşır.

Bireyin çalışıyor ya da çalışmıyor olması bu kavramların ve uygulama karşılıklarının önemini düşürmez.

Çalışanlar için, çalışma dışı yaşamın yani bireyin serbest zamanlarının (free time) iyi yönetilmesi, yaşam kalitesinin ve iş veriminin yükseltilmesi bakımından önem taşır.

Çalışmayan bir bireyin de yine serbest zamanının (uyku,yemek saatleri ve boş zamanları ile bu boş zamanlarındaki aktiviteleri) iyi planlanması bireyin topluma entegrasyonu, mutluluğu ve sağlığı bakımından önemlidir.

Boş zaman (leisure time) ve rekreasyon kavramları "terapi" kelimesi ile beraber kullanıldığında bilinen anlamının dışında bir anlam kazanır.

Terapatik rekreasyon,Terapötik rekreasyon veya rekreasyonel terapi isimleri altında programlara katılan bireylerin boş zamanları gibi kavramlar *engelliler, yaşlılar veya hastalardan oluşan özel gruplar i*çin tedavi ya da rehabilitasyon esas amacıyla kullanılır. Bu durumda boş zaman ve rekreasyonun anlamı farklılaşır. *Ancak özel gruplar ve engelsiz bireyler çoğunlukla benzer rekreasyonel etkinlik kaynaklarını kullanırlar.*

Rekreasyonun sanat, el işleri, spor, turizm, sosyal ve kültürel etkinlikler dans ve benzeri birçok etkinlik çeşidi bulunmaktadır. Çalışmada örnek bir uygulama olarak ele aldığımız proje bir spor programıdır. Bu projede spor, terapatik amaçlarla özel gruplardan birisini oluşturan otizm tanılı bireylere uygulanmaktadır.

Spor; bir taraftan yaşamın her alanına nüfuz etmiş önemli bir sosyal olgu olarak, diğer taraftan temel karakteristik özelliği olan hareket, oyun, eğlence ve rekabet gibi nitelikleriyle zenginlik taşıyan bir aktivite grubudur. **Ayrıca sporun**, bireysel veya kollektif, aletlerle veya aletsiz, zamana karşı, yarışmalı veya yarışmasız, açık veya kapalı alanlarda ya da **adapte edilerek uygulanabilir** olması gibi nitelikleriyle popüler bir boş zaman değerlendirme etkinlik grubu olduğunu söyleyebiliriz..

Spor bilimi içerisinde yer alarak ve bu yönde eğitim-öğretim veren kurumların ve öğretim kadrolarının, gelişmiş ülkelerde uzun yılardan beri uygulandığı gibi sporu rekreasyonel veya profesyonel olarak değerlendirmelerinin yanı sıra terapatik olarak da ele alıp değerlendirmeleri büyük önem taşır.

Terapatik Rekreasyon özel gruplar için özel olarak tasarlanmış rekreasyonel aktiviteler yoluyla onların eğlenerek, oynayarak, uğraşarak, yarışarak ve mutluluk yaşayarak genel vücut gelişimlerine katkıda bulunur.

Sorun farklılığı ve niteliğine göre fiziksel, ruhsal, zihinsel ve sosyal sınırlamalarını ve dezavantajlarını; rekreasyonel etkinliklerle ortadan kaldırmayı, azaltmayı veya bu sorunlara uyum içinde olabilmeyi ve böylece yaşamı daha bağımsız ve nitelikli sürdürebilmelerini hedefler.

Terapatik Rekreasyon programlarına ayrılan süre; engelsiz bireylerin bir takım rekreasyonel aktiviteleri için kullandığı boş zaman sürelerinden farklılık gösterir.

Özel gruplar için Terapatik Rekreasyon programlarının uygulandığı süre çoğu kere ve engel grubuna göre kendi isteği dışında ve Terapatik Rekreasyon uzmanları tarafından seçilmiş aktivitelere katıldığı sürelerdir. Zorunlu ve sürekli eğitimin bir parçası olarak aktiviteler gerçekleştirilir. Bu aktiviteler özel grupların eğitimi, tedavisi ve rehabilitasyonu için gerekli olan faaliyetlerdir.

Oysa engelsiz bireylerin boş zamanları onlar için özgürce kullanabildikleri, istedikleri etkinliğe katılabildikleri ve sadece dinlenmek, eğlenmek, mutlu olmak için rekreasyonel etkinliklere katıldıkları bir süredir.

Engelsiz ve özel gruplar için uygulanan rekreasyon programlarındaki fark; programın uygulandığı hedef kitleden oluşmaktadır. Rekreasyon iki grup için de farklı ihtiyaçların giderilmesi üzerine yapılandırılmıştır ve çoğunlukla da benzer etkinlik çeşitlerinden oluşur.

Ancak, gönüllülük ve özgürce etkinlik seçimi engelsiz bireyler için söz konusuyken özel gruplar için bu durum bir hedef olarak görülür. Boş zaman ihtiyacının giderilmesinde ise yine amaçlar farklılaşır.

Terapatik Rekreasyon için kullanılan "boş zaman"ın nitelik olarak iki fonksiyonu bulunur.

Birincisi engellinin aldığı eğitimin bir devamı olarak tedavi, eğitim ve rehabilitasyon amaçlı rekreasyonel etkinliklerin yapıldığı bir zaman dilimidir.

İkincisi ise engelsiz bireylerin rekreasyonel etkinliklere katıldıkları bir zaman kullanım bölümünden farksız olarak kullanılan boş zamandır.

Birincisinde; özel grupların kullandığı boş zaman aslında gündelik yaşamını zorunlu eğitimle doldurulduğu bir zamandır. Bu zaman diliminde rekreasyonel kaynaklar kullanılarak, engelli bireyin genel vücut sağlığına katkı sağlayacak eğlenceli, oyunsal ve mutlu edici aktivitelere yer verilir. Bu yönüyle hastane ve kliniklerdeki tedavi ve rehabilitasyon uygulamalarının oluşturduğu sıkıcı ortamlardan farklılaşır. Terapatik Rekreasyon; özel grupların tüm zamanlı eğitim, tedavi ve rehabilitasyon çalışmalarının sadece bir parçasını oluşturur.

İkinci durumda ise; rekreasyonel etkinlikler için kullanılan süre gerçek bir "boş zaman"da gerçekleştirilir.

Burada amaç bireyin hastane, okul, zorunlu ihtiyaçlarını gidermeye ayırdığı sürelerin dışında kalan ve çoğu zaman kendisinin sevdiği mutlu olduğu bazı pasif veya aktif rekreasyonel aktivitelerle boş zamanın değerlendirilmesidir. Engelsiz bireyler için kullanılan ve beklenen amaçlardan fazla bir fark içermez. Burada engelli bireyin böyle bir boş zamana ve bu zamanın dinlenerek eğlenerek geçirebilme ihtiyacı teşvik edilir.

Terapatik Rekreasyon; hasta, ileri yaş ve engelli gruplarla beraber, ceza ve tutuk evlerinde yatan veya buralardan tahliye olmuş bireylerin toplumla entegrasyonu ve uyumu için, genç ve yetişkin suçlular, madde bağımlılığı olan bireyler ve uyuşturucu ve suç işlemeye yatkın risk grupları için önleyici amaçlarla da uygulanır.

Terapatik Rekreasyon Programlarının Amaçları

- Özel grupları oluşturan bireylerin yaşam kalitesini artırmak.
- Aktivitelere katılımdan zevk almalarını, eğlenmelerini sağlamak
- Sağlık fonksiyon yeteneklerini artırmak
- En az müdahale ile daha bağımsız olarak yaşamlarını sürdürmelerini sağlamak.
- Etkili bir sosyalleşme ve kişiler arası ilişkileri kurabilme.
- Seçim yapma ve sorumluluk alma yeteneğinin gelişmesi.
- Kendine güveni artırmak.
- Yaşam memnuniyetinin artması.
- Kullanılabilir eğlence kaynaklarının farkına varmaları.
- Topluluk ortamlarında hareket yeteneğinin gelişmesi.
- Mevcut engellerinin etkilerini en aza indirmek.
- Yıkıcı, bozucu davranışların azalması.
- Olabilecek sorunları önlemek (obezitenin önlenmesi gibi).
- Farklılığa ve rahatsızlığa karşı uyum geliştirme.
- Fiziksel kapasite ve güç kaybının önlenmesi, geliştirilmesi.
- Aile üyeleri arasındaki iletişimin güçlendirilmesi.
- Zihinsel engelleri azaltmak.
- Fonksiyonel yaşam becerilerini geliştirmek.
- Etkinliklerin seçiminde olabildiğince engelli bireyin özgürce ve istediği gibi etken olması.
- Topluma entegrasyonun sağlanması. Toplumsal davranışı geliştirme (otobüse binme, metroya binme, lokantaya gitme vb. nitelikleri gezigözlem turlarıyla sağlama).
- Sürekli alınan ilaçların yan etkilerini azaltmak.
- Hastane ve klinik ortamlarının sıkıcılığından uzaklaştırmak.
- Depresyon, stres ve anksiyetelerinin en aza inmelerini sağlama yeteneklerini geliştirme.
- Muhakeme yeteneklerini geliştirmek.
- Anlık ya da sürekli sorunlardan olabildiğince uzaklaşma.

• Bazı rekreasyonel etkinlikleri kendi başlarına yapabilir hale gelmek (masa tenisi, badminton oynamak, yüzmek, bazı el işleri, müzik ve dans vs.).

Terapatik Rekreasyon Aktivitelerinin Seçimi:

Terapatik rekreasyon aktivitelerinin seçimi programların başarılı olabilmesi için büyük önem taşır.

Etkinlik seçimlerinde, etkinliğin yaptırılacağı bireyin hangi engel grubu veya özel gruptan olduğu, birincil ya da ikincil sorununun (örneğin otizmden ya da otizme dayalı sorunların) neler olduğu ve bunlara yönelik hangi etkinliğin daha fonksiyonel olabileceği ön planda tutulur.

Terapi amaçlı rekreasyonel kaynakların seçiminde nelere dikkat edilmelidir;

Etkinlikler **amaca** yöneliktir.

Her seçilen etkinliğin hangi amaçlarla tercih edildiği bilinmelidir.

Etkinlik amaçları; bireyle dış dünya arasında bağlantı kurmak gibi **"genel"** veya belirli bir yetenek-beceri kazanmak gibi **"özel"** olabilir.

Katılımı gerektiren etkinlikler seçilmelidir.

Tercih edilecek etkinliklerde engelli bireylerin mutlaka ve olabildiğince **fazla rol almalarına imkan verecek** özellikler aranmalıdır.

Seçilecek etkinlik türlerinin engelli bireyler için **anlamlı ve değerli** olmasına dikkat edilir.

Keyif verici ve memnuniyet yaratıcı etkinlikler seçilir. Nitekim engelli bireyin aktiviteye katılımı onun memnuniyet ve aldığı zevke dayalı olan motivasyonuna bağlı gelişir.

Aktivitenin seçiminde, engelli bireyin seçilen **aktiviteyi yapabilir düzeyde-yetenekte olabilirliği** önem taşır. Kendini yeterli ve bağımsız hissedeceği bir etkinlik türü olmalıdır. Bireyin yapamayacağı ve yapamadığında utanabileceği etkinliklerin seçilmemesine dikkat edilir.

Etkinliklerin seçiminde **muhataplarının tercihlerine** olabildiğince yer verilmelidir.

Etkinlikler para, araç-gereç, ulaşım vb. gibi kaynaklar açısından ulaşılabilir olmalıdır.

Etkinliklerin seçiminde kişilerin **kültürel, inanç ve etnik** tercihlerine saygılı olunmalıdır.

Seçilen etkinlikler engelli bireylerin **tüm yaşam tercihleriyle uyumlu** olmalı, gerçek boş zamanlarında da bu etkinlikleri uygulayabilme şansı olmalıdır.

Yaş ve cinsiyet dikkate alınır.

Kısa dönemli yoğunluktan çok **sürekli katılımlı etkinlikler** daha tercih edilir olmalıdır.

Etkinliklerin **tedavi ve rehabilite edici fonksiyonunun** olmasına dikkat edilir.

Aktivite seçiminde bireyin ihtiyacı, aktivitenin nitelikleri ve Terapatik Rekreasyon Liderinin bu etkinlikle ilgili yaptırım-katılım gücü önem arz eder.

Terapatik Rekreasyon aktiviteleri amaca göre **adapte edilebilir** olma özelliği taşımalıdır.

Yukarıda sayılan beklentilerin bir veya birkaçının sağlayabileceği düşünülen aktif veya pasif hemen her aktivite "Terapatik" bir aktivite olarak seçilebilir.

Terapatik Rekreasyon aktiviteleri içinde öncelikle çok değişik çeşitleriyle spor, sanat, müzik, el sanatları, oyunlar, sosyal aktiviteler, açık alan aktiviteleri, geziler, drama, danslar, hayvanlarla olan çalışmalar gelebilir.

Terapatik Rekreasyon Liderliği:

Terapatik rekreasyon lideri, rekreasyonel kaynakları kullanarak özel gruplar için programlar geliştiren ve bunları bir sistem içerisinde uygulayan kişidir. Terapatik Rekreasyon liderliği yurt dışında birçok gelişmiş ülkede bir meslek olarak tanınmış ve lisans veya sertifika programları olan önemli bir meslek dalıdır.

Türkiye'de halen bir meslek olarak tanınmamıştır. Bu bir eksikliktir. Bu yönde çalışmalar olmuş ancak sonuçlanamamıştır.

Türkiye'de Terapatik Rekreasyon Programlarına ihtiyaç duyan çok sayıda hasta, ileri yaşta insan ve engelli birey bulunmaktadır. İhtiyacın şiddeti de giderek artmaktadır. Bazı sağlık merkezlerinde yetersiz sayıda da olsa rehabilitasyon veya fizik tedavi uzmanları bulunmaktadır. Ancak bu uzmanlar spor ve sanat aktivitelerinin ağırlıklı olduğu Rekreasyonel kaynakların kullanılmasıyla program yapma uygulama eğitiminden uzaktır.

Aynı şekilde Rekreasyonel kaynakların çok fonksiyonel, katkısı kanıtlanmış önemli bir bölümünü oluşturan spor, egzersiz ve oyunların kullanımıyla program yapabilecek ve uygulayabilecek BESYO –Spor Bil.Fakülteleri Rekreasyon bölümleri mevcuttur. Ancak bu bölümlerin de "tedavi ,sağlık ve rehabilitasyon" konularında bilgi ve uygulama eksiklikleri vardır.

Lisans programlarının yeniden ve Terapatik Rekreasyon uygulamalarına yönelik düzenlenmesi ve Terapatik Rekreasyon Liderliğinin bir meslek olarak tanınması çalışmaları kuşkusuz ülkemizdeki talep ve ihtiyaç da gözönünde bulundurularak hızla sonuçlandırılmalıdır.

Halen Türkiye'deki toplumsal temelli Terapatik Rekreasyon programlarında kısa süreli kurs ve seminerle yetiştirilen lisans öğrencileri veya mezunlar görev almaktadırlar. Bu programlardan bir tanesi de OSEP'tir.

Sorunun lisans üstü programlarla çözülme durumu da bulunmaktadır. Rekreasyon lisans üstü programlarında terapatik rekreasyon grubu açılacak derslerle öğrencinin terapatik rekreasyon liderliğine yönlendirilmesi mümkündür. Gazi Üniversitesinde bu yönde ilk adımlar atılmış bulunmaktadır.

Otizm Uygulaması:Gazi Üniversitesi Otistik Bireyler Spor Eğitim Projesi(OSEP)

Dünyada olduğu gibi ülkemizde de hızla yaygınlaşarak yaklaşık beş yüz bin rakamına ulaşan otistik bireylerin sorunlarına duyarsız kalmamak ve genel vücut sağlıklarına olabildiğince katkı sağlamak amacıyla terapatik rekreasyon başlığı altında bir spor programı geliştirdik ve 2008 yılından itibaren uygulamaya koyduk.

Proje onbir yıldır sekiz aylık dönemler halinde ve kesintisiz (pandemi dönemi hariç) olarak başarıyla devam etmektedir.

Otizm tanılı bireyler, farklı insanlardır. Engelli,hasta veya davranışsal bozukluk gibi nitelendirmelerin çoğunun dışında bir farklılıkları bulunur.

Bazan ileri düzeyde bir müzisyen, ressam, bazan dahi, bazan çok derin bir hafıza, bazan ulaşılması güç bir matematik bilgisi ve başka birçok şaşırtan özellik. Gerçek bir farklılık…

Yaşadıkları sorunlarla da farklıdır otistik bireyler..

Otistik bireylerde ruhsal sorunlar görülebilir ancak bu bir ruh hastalığı değildir.

Fiziksel sorunları olabilir ancak fiziksel engelli diye tanımlanamazlar.

Duygusal, iletişim sorunları yaşayabilirler. Ancak bu sorunları başka insanların yaşadıklarından farklı olabilir.

Milyarlarca dolar harcanarak yapılan araştırmalara rağmen hala otizme neden olan faktörler bilinememektedir. Bir yaşına(çoğunlukla üç yaşına) kadar kesin teşhis konulamamaktadır. Bu durumda tedavi de zorlaşmaktadır.

Otizmin heterojen olması her birey için ayrı ayrı program ihtiyacı, ayrı ayrı tepkisel durum ve değerlendirme..

Otizmin farklılıklarını burada ve daha başka birçok durumda görebilmekteyiz.

Otizm ve otistik bireylerin farklılıklarına bir başka farklılık olarak da aileler dahil edlmelidir.

Nasıl bir farklılık... Adeta özel insanlar. Özverinin bu kadar yücesi olabilir mi? İlginin bu denli yoğunu görülmüş mü? Sevginin bu kadar soylusu, samimisi, kutsalı acaba nerede var?

İşte ailelerdeki farklılık buradan geliyor. Tanıdığımız insanlar. Onlara ve çocuklarına kutsal gözüyle bakılmalı kuşkusuz...

En yüce ibadeti sanırım onlar yapıyorlar…

Haftada birkaç saat çocuklarını bize teslim ediyorlar. Onlara spor yaptırıyoruz. Hep teşekkür ediyorlar. Oysa gerçek teşekkürü onlar hak ediyorlar.

Nitekim, otistik çocuklarımız kendilerine eğitim veren genç üniversite öğrencilerini öylesine etkiliyor değiştiriyor, kendisine ve topluma duyarlı, yararlı bireyler haline dönüşmelerine katkı sağlıyorlar ki bunu başka organizasyonlarla sağlamak gerçekten çok zor olabilir.

Ülkemiz de güzel şeyler de oluyor dedirtecek bir projeyi hayata geçirmenin ve kurulmuş olan sağlam bir sistemle daha uzun yıllar devam edeceğinin kanıtlarını görmenin keyfini de hep beraber yaşamaktayız.

OSEP temel amaç olarak;

Otistik bireylerin; rekreasyonel egzersiz ve spor uygulamalarıyla tedavilerine yardımcı olmak, otizmden dolayı ortaya çıkan davranışsal sorunların etkisini ortadan kaldırmak ya da azaltmak, bunu gerçekleştirirken de onların eğlenmeleri, mutlu olmaları için ortamlar hazırlamak için organize edilmiştir.

Otistik bireyler için geliştirdiğimiz spor eğitim projesi ile otistik bireylerin duygusal, sosyal ve fiziksel gelişimlerinde önemli aşamalar kaydettik. Elde ettiğimiz sonuçlar dünyanın diğer bölgelerindeki benzer projelerle uygulama ve sonuçlar itibariyle paralellik içerisinde oldu.

Üniversite öğrencilerinin, bir toplumsal duyarlılık projesi olan OSEP'te yer almalarını sağlayarak ise; onların, değerleri daha yüksek ve toplumsal sorunlara karşı sorumluluk taşıyan bireyler olarak yetişmelerini sağlamak,teorik ve uygulama konularında becerileri gelişmiş,sertifikaları olan terapatik rekreasyon liderleri olarak mezuniyetlerinde istihdam imkanları yaratmak, ailelerin dayanışmalarına ortam oluşturmak ve toplumsal farkındalık yaratmak bakımından da OSEP çok yönlü bir proje olmuştur.

OSEP'te görev alanların tamamı gönüllüdür. Velilerin ödediği aidatlarla eğitmenlere ödenen çok küçük ücretler bu anlayışı değiştirmemektedir.

Organizasyonda bir *"toplumsal duyarlılık projesi"* olarak yer almaktadırlar**.**

Ve aslında bu yönüyle bütün çalışanlar bir *sosyal içerikli rekreasyon* etkinliğinde bulunmaktadırlar.

Öğrenci-eğitmenlerimiz dahil projede görev alan öğretim elemanları, Otizm Vakfı yöneticileri ile okullarından mezun olmuş eğitmenler, bu görevlerini büyük bir sosyal sorumluluk bilinci içerisinde ve boş zamanlarında yerine getirmektedirler.

Boş zamanlarında dinlenmek eğlenmek tatile çıkmak veya istediği bir rekreasyonel etkinlikte bulunmak yerine, otistik bireylerin eğitimi ve sorunlarının çözümüne katkı sağlayacak etkinlikler yapmayı tercih etmektedirler.

2008 yılından bu yana geniş bir katılım ve kapsamlı bir organizasyonla gerçekleştirilen OSEP'in tanıtılmasını amaçlıyoruz. Ülkemizin her bölgesinde otizm sorununu yaşayan binlerce insanımız için de OSEP bir model olsun istedik.

Diğer üniversiteler ve uygun olan kurum ve kuruluşlar benzer bir projeyi kendi bölgelerinde yaşama geçirerek oradaki otistik bireyler ve ailelerine büyük katkılar sağlayabilirler diye düşünüyoruz.

Bu amaçla birçok konferansa katıldım.Yazılı ve görsel basında haber olduk.

2012 yılında geliri, Otizm Vakfına bağışlanmak üzere «Terapatik Rekreasyon»Kitabını yayımladık.

OSEP'e katılan otistik bireylerdeki gelişmeler sonuç olarak kitapta yer almaktadır. Otistik bireylerin aileleri ve eğitmenlerinden hatta kendilerinden 8 aylık çalışmalar sonucu elde edilen veriler detaylı olarak anlatıldı.

Sonuçların bilinmesi ve bilimsel olarak tartışılması önem taşır. Başka çalışmaların sonuçlarıyla mukayese fırsatı verir. Kuşkusuz bu da çalışmaların daha ileri noktalara taşınmasına katkıda bulunur.

Sonraki yıllarda da tarafımızdan ya da değişik araştırmacılar tarafından OSEP'te birçok araştırma gerçekleştirildi ve yayımlandı.

OSEP'in temel amacını oluşturan otistik çocuklarımızda rekreasyonel spor programlarıyla elde edilen, gözlemlenen gelişmeler başta veliler olmak üzere hepimizi son derece memnun etmiş ve çalışma motivasyonumuzu daha da artırmıştır.

Otistik bireylerin tarafımızdan yapılan değerlendirmeleri öncelikle çocuklarıyla adeta yirmi dört saat beraber olan ve onları sürekli gözlem altında tutan anne ve babaların sonra ise terapatik rekreasyon liderleri olan eğitmenlerinin görüşleri alınak yapılmıştır.

Değerlendirmelerde otistik bireylerin OSEP 'e katılım süresi dikkate alınmıştır. Projeye iki dönem içinde başlayan otistik bireylerin projeye başladıklarındaki davranışsal durumları ile son durumdaki gelişimleri açıklanmaya çalışılmıştır. Veliler ve eğitmenlerden elde edilen veriler yüzyüze görüşerek ve önceden hazırlanan bir soru kağıdı dağıtılarak toplanmıştır. Elde edilen veriler nitel yöntemle çalışmaya aktarılmış ve değerlendirmeleri yapılmıştır.

Çalışmada bir araştırma tezi olmadığı için kontrol grubu kullanılmamıştır. Ancak özellikle anne babaların çocukları ile ilgili gözlemlerine dayalı görüşleri birçok durumu ve gelinen noktayı açıklamaya yetmektedir. Onların agresif stresli kaygılı durumları, fiziksel güçlülükleri, vucut koordinasyonları ve dengelerinin durumu, iletişim kurma

yönünde nereye gelindiği, bazı duygusal sorunların hangi düzeyde olduğu ve ne kadar sosyalleştiklerini sürekli gözlem yapan onlarla bütün zorlukları, farklılıkları ve güzellikleriyle yaşayan anne-babalardan başkası tam olarak ortaya koyamaz inancındayız.

Otistik bireylerin özel eğitim ve diğer eğitim alanlarında sürekli olarak eğitildiklerini biliyoruz. Spor eğitimi genel eğitimleri içerisinde küçük bir yer tutmaktadır. Spor eğitimiyle elde edilen kazanımı veliler çok iyi farketmektedirler. Amaçlanan gelişimlerin ortaya çıkması ve istenilen değişimlerin gözlemlenmesi de bu durumu desteklemektedir.

Bazı veli değerlendirmeleri:

**"Çalışmalarda üçüncü yılımız……Bu üç yıl içinde oğlumun denge, koordinasyon ve algılamasında olumlu anlamda ciddi değişimi gözlemekteyim. Ayrıca çalışmalar esnasında diğer çocuklarda da bariz şekilde olumlu gelişmeler olduğunu gözlemlediğimi sanıyorum. Şundan eminim ki canı gönülden yapılan bu çalışma bir kar tanesi olarak başlamasına rağmen bugün bence kartopu haline gelmiş ve dünden bugüne daha da büyüyerek devam etmektedir. Özellikle belirtmek istediğim gencecik yaşlarında dinlenmek, eğlenmek veya ders çalışmak için kısaca kendilerinin olan hafta sonu tatillerinde üç saat gözükmesine rağmen hazırlıklarıyla bence tüm hafta sonlarını kapsayan bu gönüllü çalışmaya katılan tüm GAZİ Rekreasyon öğrencilerine şükranlarımı sunar, yollarının aydınlık olmasını dilerim. Emeklerinin heba olmayacağının da bilinmesini isterim."*

**"Spor çalışmalarına 4 programdır katılıyoruz. Spor programına başlamadan önce ve bu programa başladığından sonra çocuğumda rahatlama huzur ve mutluluk oluştu. Bir hafta süre ile hafta sonunu bekliyor spor yapmak için öğlenden sonra uyuyor dinlenmiş olarak katılıyor. Ayrıca birçok öğretmenle arkadaş olarak sosyalleşme çabalarını geliştirdi. Spor yolu ile elde ettiği sağlıklı bir vücudu olacağını, spor yaparak kilo almaması gerektiğini öğrendi her şey için çok teşekkür ederiz."*

**"Oğlum Gazi Üniversitesince düzenlenen bütün spor programlarına katıldı. Bu durumda, bu seneyi de dahil edersek 4 dönemdir spor programlarına katıldı. Oğlumun durumunda doğrudan spor faaliyetlerinden kaynaklandığını düşündüğümüz kayda değer bir ilerleme söyleyemeyiz. Ancak, oğlum, faaliyetlere isteyerek katılıyor ve iyi zaman geçiriyor. Spor faaliyetlerinin günlük hayata sağladığını düşündüğümüz katkılar: Yürümesinde ve merdiven inişlerinde düzelme; top tutma ve sektirme becerilerinin edinmesi; iletişimde iyileşme (basit yönergeleri anlama ve yerine getirmede sağlanan gelişme-konuşamadığı için bu çok önemli)Yukarıda özetlemeye çalıştığımız katkı/iyileşme bizler için çok önemli."*

**"Oğlum programa başladığında 7 yaşındaydı ve ilkokula yeni başlamıştı okul arkadaşlarından hep ayrı duruyordu onlar oynarken katılmıyordu topla oynamayı bile bilmiyordu ama spor programında çok kısa bir süre de topla oynamayı ve ip atlamayı öğrendi ve okuluna ip ve top götürmeye başladı. el ve ayak koordinasyonu çok uyumlu olmaya başladı çok şaşırtıcı bir şekilde 3 ay sonra bizim öğretmemize gerek kalmadan 2 tekerlekli bisiklet kullanmaya başladı."*

**"Aldığı komuta daha iyi cevap veriyor. Komutlara uyma sorunumuz vardı, uymak istemiyordu. Katıldığı için mutlu oluyor, bu faaliyetlere severek katılıyor ve mutlu oluyor. Zamanını değerlendirmiş oluyor. Bir spor faaliyetine katılmış oluyor. (Duyu bütünlemesi için faydalı) Okuldaki beden eğitimi derslerinden keyif almaya ve bu derslere katılmaya başladı. Emeği geçenlere teşekkürler... "*

**"Çocuğumun kendine olan özgüveni arttı. Zaten kilolu ve hareketsiz olan oğlumun, hayat boyu spor alışkanlığı kazansın diye projeye katıldık. Sporcu da olmasını istiyoruz. Süreçten memnunuz. "*

**"Merdivenleri daha rahat inip çıkıyor. Çok yüksek olmayan kaldırımlardan yardımsız inip çıkabiliyor. Olumsuz davranış olarak, kendi etrafında dönmesi azalmıştı ama salonda çalışırken, sanırım ortamın genişliğinden, kendi etrafında dönmesi salonda devam ediyor".*

**"Spor eğitim projesi çok güzel ve faydalı hem aileler hem de çocuklarımız adına faydalı bir program. Burak ilk başlarda hiçbir komutu almıyordum bu ikinci yılımız şimdi çok güzel komut alıyor, öğretmeninin istediklerini*

yapıyor. Basket atamıyordu şimdi çok güzel basket atıyor yaz döneminde de devam ederse seviniriz. Emeği geçenlere teşekkürler ederiz. "

**"Çocuğum bir hafta önceden bu programa katılmak için plan yapıyor ve sonuçta çok mutlu önüyor. Ayrıca çok pozitif bir etkisi var. Hiçbir gerginliği kalmıyor, sakinleşiyor, çok mutlu ayrılıyor. "*

Gönüllü eğitmenlerin rekreasyonel spor aktiviteleriyle terapilerini gerçekleştirmeye çalışılan otistik bireylerin değişim ve gelişimleriyle ilgili görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Gönüllü eğitmenler, Gazi Üniversitesi Spor Bil.Fakültesinin başta Rekreasyon bölümü olmak üzere Antrenörlük, Yöneticilik ve Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümleri Öğrencilerinden, az sayıda da olsa üniversitemizin diğer fakülte ve bölümlerinden gönüllü öğrencilerimiz ve ayrıca daha önce programda çalışan ancak mezuniyetinde de tekrar görev alan çok duyarlı, bilgili, merhametli, yaşlarına ve yaşıtlarına göre çok olgun, insani değerleri çok yüksek genç ve başarılı insanlardan oluşmaktadır.

**"M.. bana ilk geldiğinde hiç konuşmuyordu. Sürekli yatmak istiyordu. M.. ikinci haftadan sonra çok büyük gelişmeler gösterdi. Melisa her gün spora istekle gelmeye başladı. M.. top tutamıyordu. Basket topu ve hentbol topunu sektirmeye, ayağıyla vurmaya başladı. Ağırlığı fazla olduğu için zıplama korkusunu hala yenemedik. Düzenli gelemediği için bu problemimizi hala çözemedik. Dün değil önceki gün elektrikler kesik olduğu için spor yapamayacağımızı anlattığımda ağlamaya başladı. Küçük bir yılbaşı hediyesiyle onun gönlünü aldım. Halasıyla aramız çok iyi çok güzel dualar ediyor bana. Çok mutluyum. "*

**"M..'le kısa bir süredir çalışıyoruz. İlk çalışmamızda elimde kırmızı renk ojeler vardı ve sürekli ellerime bakmak istedi. Hiçbir şey yaptıramadım. Bir daha oje sürmedim. Göz teması fazla kurmuyordu. Sürekli dikkatini çekmek için etrafında olmam, hareket halinde olmam gerekiyordu. Dükü çalışmamızda tenis oynadık. İlaç kullandığı için ağır hareket eden bir çocuk. Yavaş yavaş ilerleme sağlıyoruz. "*

**"O.. spor ya da öğrencilerle iletişimi konusunda bir sorunu yok. Bütün hareketleri istenilen şekilde yapıyor. Son zamanlarda fark ettiğim O.. yönlendirildiği zaman dans edebiliyor. Yapmasını istediğim istasyonu sadece göstermem yetiyor. Hemen yapmak istiyor. Sadece sıçramayı kilosu nedeniyle zorlanıyor. Sarılmayı, öpmeyi seviyor, ben de izin veriyorum. Beni öpmesine ona acımak değil gerçekten kendi kardeşlerimden ayırmıyorum. Onu bana gelmesi bana bakması yetiyor. Göz teması kurabiliyoruz. Çok farklı bir duygu bu anlatılmaz. hareketi size bakarak yapıyor. Eğer yanlış yapıyorsanız o da yanlış yapıyor. O yüzden hareketleri en düzgün şekilde yapmaya çalışıyorum. "*

Proje amaçlarından bir diğerini veliler arasındaki dayanışma ve yakınlaşmayı sağlamak oluşturdu.

OSEP başından itibaren veliler arasındaki dayanışma yakınlaşma ve tanışmanın çok ileri düzeyde gerçekleştirildiği gözlemlendi. hafta sonları OSEP'e gelen ikiyüz civarındaki veli ve diğer ilgililerle OSEP'in uygulandığı salonlarda gerçekleştilmesi sağlandı. Veliler çok daha kolay organize olma ve hareket edebilme olanağı elde etmiş oldular.

Projenin amaçlarından bir diğerini ise farkındalık yaratmak oluşturuyordu. Bu amaçla OSEP' le gerçekleştirilen TV belgeselleri, TV haberleri, yazılı basında yer almak, konserler düzenlemek ve projeyle yakından uzaktan ilgisi olan binlerce insanın etrafıyla "otizmi" konuşması ve diğer aktivitelerle toplumda otizm farkındalığının yaratılmasına önemli katkılar sağlanmıştır.

Yukardaki aktivitelerle beraber, projede öğrenciliklerinde yer alarak mezun olmuş ve ülkenin dört bir yanına dağılarak oralarda benzer projelerin hayata geçirilmesi ve otizm farkındalığının artırılması için çabalar sarf etmektedirler.

OSEP'nin bölgelerinde yapılmasını isteyen yerlere ise bizzat gidilerek proje anlatılmakta ve Diyarbakır ,Konya,İstanbul ve daha birçok bilimsel veya sosyal ortamlarda harcanan çaba da da bir başka boyutu ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak;

Osep'e başlarken ortaya konulan otistik bireylerde davranışsal gelişim, üniversite öğrencilerinin toplumsal duyarlılıklarının artırılması, veliler arasındaki dayanışmanın oluşturulması, kamuoyu farkındalığı yaratma ve bir örnek model proje yaratma temel amaçlarına ulaşmak için planlar programlar yapıldı.

2008 yılından itibaren uygulamalara başlandı. Çeşitli kapalı ve açık alan sporları, egzersiz, oyunlar, sherborne gelişimsel hareketleri, halk oyunları, şenlikler, geziler ve piknikler programda yer aldı. Birinci, ikinci üçüncü,…10. OSEP tamamlandı. Maalesef 11. Osep küresel salgın nedeniyle tamamlanamadı. Sonuçlar ve değerlendirmeler bu programlara en az iki dönem katılan bireylerin davranışsal değişim ve gelişimlerinin gözlenmesine dayandırılmaktadır.

OSEP'de otistik bireylere yönelik elde edilen sonuçlar veliler ve eğitmenlerinin gözlemlerine dayanmaktadır.

Bilindiği gibi otizm, her birey için farklılık gösteren bir davranışsal sorunu ortaya koyar. Diğer terapatik amaçlı rekreasyonel aktivitelerinde olduğu gibi sportif etkinliklerde ki uygulama ve beceri düzeyi ile bu uygulamalara verilen tepkiler de farklı olmaktadır.

Gerek anne-babalar gerekse eğitmenlerden alınan geri dönütler bu farklılıklar dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Aşağıda verilen sonuçların bir veya birkaçını bazı otistik bireylerde görebilir diğer bazı özellikleri ise başka bireylerde görmek mümkün olabilir.

Velilerin gözlemlerine dayalı olarak yaptıkları değerlendirmelerinde öne çıkan gelişmeleri OSEP'e katılım öncesi ve sonrası kısa cümlelerle şu şekilde özetleyebiliriz.

OSEP'e başlamadan **ÖNCE**	**OSEP'e başladıktan** **SONRA**
Mutsuzluk yaşıyordu	Şimdi daha mutlu
Faaliyetlere katımda isteksizdi	OSEP'te günlük yaşamda daha istekli
Gerginlik yaşıyordu	Gerginliği ortadan kalktı
Düzensizdi	Daha düzenli oldu
Fazla kiloları vardı	Zayıfladı. Vücudu toparlandı.
Güçsüzdü	Güçlendi
Çabuk yoruluyordu	Çabuk yorulmaları azaldı
Uykuya zor dalıyordu	Uykuya geçiş süresi kısaldı
Evde yalnızlığı tercih ediyordu	Ailecek etkinliklere katılımı arttı
Gruplara girmekten korkuyordu	Şimdi gruplara daha kolay giriyor
Özgüveni azdı	Özgüveni belirgin olarak arttı
Merdiven ve kaldırımlardan inip çıkmada zorlanıyordu	Şimdi çok rahat merdiven ve kaldırımı kullanabiliyor. Bunu yardımsız yapıyor.

Kendi başına bazı şeyleri yapamıyor	Artık spordan sonra çorabını ayakkabısını kendi giyip çıkarıyor
Vücut teması sağlayamıyordu	Rahatlıkla bunu yapabiliyor
Çok hırçındı	Hırçınlığı çok azaldı
Top tutamıyordu	Şimdi basketbol oynuyor
Hiçbir komuta cevap vermiyordu	Artık her komuta cevap veriyor
Topu atamıyordu	Topu istenilen noktaya atıyor, paslaşıyor
Bedensel tembellik yaşıyordu	Daha aktif ve enerjik
Rutin bir yaşam	Hareketli sosyal bir ortam
Sınırlı iletişim	Daha çok arkadaş ve istediğinde telefon edeceği eğitmeni var.
Olumsuz davranışlar	Olumlu davranışlar.
Yüzme bilmiyor	Çok iyi yüzüyor
Sudan korkuyor	Suya rahatlıkla giriyor, başını Suya Sokabiliyor
Başarma duygusu az	Başarma duygusunu yoğun yaşayabiliyor
İletişim düzeyi düşük	İletim kurmada ciddi gelişme

Otistik bireylerin gelişimlerini değerlendiren gönüllü eğitmenlere göre ise:

Fazla gülmüyordu	Şimdi çok güleç
Salona girmek istemiyordu	Salondan çıkmak istemiyor
Yükseklik korkusu vardı	Yükseklik korkusunu yendi
Düz çizgileri takip edemiyordu	Rahatlıkla düz çizgi üzerinde tek başına koşabiliyor
Öne takla atamıyordu	Şimdi takla atıyor ve bundan zevk alıyor
El teması kurmuyordu	Şimdi el ele yürüyoruz
Plates topunda denge kuramıyor	Platesi artık dengeli kullanabiliyor
Engellerden atlayamıyordu	Artık rahatlıkla engellerden atlayabiliyor.
Isınma hareketlerini tam yapamıyordu	Tek başına kendisi çok güzel yapıyor
Kendisine vuruyordu	Artık vurmuyor

Sürekli bağırıp ağlıyordu	Bu davranışlarında çok azalma oldu

Kaynaklar

1. Austin, R. D., Crawfor, E. M. ; Therapeutic Recreation an Introduction, third edition, Allyn and Bacon pres, 2001

2. Aşan, F. İ., Türe, S., Gökçay, A. ; "Tuberoskleroz Kompleksi ve Otizm", Journal of Neurological Sciences (Turkish), 2006, Volume 23, Number 4, s. 312-317

3. Attwood, T. ; Aspergers Syndrome: a guide for parents and profesiones, Londra, 1988.

4. Coşkun H. ; Topluma Hizmet Uygulamaları. 1. Baskı. Anı Yayınları. Ankara. 2009

5. Girli, A. ; "Otistik Çocukların Düşünme ve Anlama Özellikleri", Çoluk çocuk Dergisi, no: 9 Aralık 2005, s. 27-29.

6. Ergün N. ; "Bedensel Engellilerde Sportif Aktiviteler ve Klaifiskasyon", I. Uluslaarası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi, Edt. N. Erkmen ve diğ., Selçuk Üniversitesi, 5-7 Mayıs 2012 s. 42-46.

7. Fazlıoğlu Y., Yurdakul M. ; Otizm: Otizmde Görsel İletişim Tekniklerinin Kullanımı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul. 2005.

8. Kennedy D. W. ; Smith R. W. ; Austin D. R.: Special Recreation; Opportunities For Persons with Disabilites. s. 6-9, 14-24, wm. c. Brown Puplishers, Dubuque, IOWA, 1991

9. Kraus. R, ; Recreation Program Planning Totay. S. 102-103, scott, Foresman and company, 1985

10. Karaküçük, S.; "Terapatik Rekreasyon: Bir Örnek Uygulama", ", I. Uluslaarası Katılımlı Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi, Edt. N. Erkmen ve diğ., Selçuk Üniversitesi, 5-7 Mayıs 2012

11.Karaküçük,S.;Akgül.B.M.; Ekorekreasyon:Rekreasyon ve Çevre,Gazi Kitabevi,Ankara,2016

11. Keskin G. Bilge A. Engin E. Dülgerler Ş. ; " Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne-Babaların Kaygı, Anne-Baba Tutumları ve Başa Çıkma Stratejileri Açısından Değerlendirilmesi". Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2010. (1): 30-37

12. Özer D. Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor. 3. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara. 2010

13. Stumbo, Norma J., Peterson, Carol Ann, Therapetic Recreation Program Desing: Principles and Procedures, Fourth Edition (Hardcover), Francisco, CA: Benjamin/Cummings, 2004.

14. Stevens, Ardis, Fun is Therapeutic, A Recreastion Book to Help, Therapeutic Recreation Leaders by Peoble Who are Leading Recreation, 1972.

15. Sönmez Ö. F. Topluma Hizmet Uygulamaları Ders ve Tanımlar. Edi. Aksoy B. Çetin T. Sönmez Ö. F. Topluma Hizmet Uygulamaları (İçinde). 1. Baskı. Pegem Akademi Yayınları. Ankara. 2009

16. İlhan L. Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi ve Sporu Sosyalleşme Düzeylerine Etkisi. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2008; 16 (1): 315-324

17. Tekeş, G.; Benimle Oynar mısın?Otizmle Yaşamak ve Annelik, Art Yayın, İstanbul 2004.

18. www.sherborneturkey.com

19. www.anobder.org.tr

20. www.science20.com

21. www.otizmvakfı.org

22. www.tohumotizm.org

23. www.autizm.org

24. www.altst.org

25. www.todev.org

26. www.autizm.abaut.com

27. www.autizmkey.com

28. www.autizmspeaks.org

EGZERSİZ VE BAĞIŞIKLIK SİSTEMİ

Serkan İbiş

Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Özet

Egzersizin kas kuvvetini, dayanıklılığını, esnekliğini arttırma, kiloyu azaltma ve koruma yanı sıra kardiyovasküler hastalık ve tromboz riskini azaltma, kan yağ ve glikoz düzeylerini düşürme, psikolojik durumu ve uyku kalitesini düzeltme, kemik mineral yoğunluğunu arttırma, bazı kanser tiplerini ve kronik ağrıyı azaltma gibi birçok olumlu etkileri vardır (Lee ve diğ., 2012). Egzersizin bağışıklık sistemi üzerindeki etkileri son yıllarda yoğun bir şekilde araştırılmaktadır (Koz, 1995). Bağışıklık sistemi egzersize birçok cevap oluşturur ve bu cevaplar yapılan egzersizin süresine ve yoğunluğuna göre değişmektedir. Yapılan bilimsel çalışmalar doğrultusunda immün sistemin birçok bileşeninin, 90 dk. üzerinde, uzun süre devam ettirilen şiddetli bir fiziksel efor ardından tersine bir değişim sergilediği, bu değişimlerin, bağışıklık sistemiyle ilişkili olan, deri, üst solunum yolları mukozası, akciğerler ve kasların içinde olduğu farklı dokularda gözlendiği ve bağışıklık sisteminin zayıfladığı ve 3-72 saat arasında devam eden bu "Açık Pencere" dönemi, virüsler ve bakterilere tutunacak bir zemin sunarak enfeksiyon riskini artırdığı belirtilmiştir (Nieman, 1990).

Akut ve kronik egzersiz sonrası oluşan bağışıklık sistemi yanıtları farklıdır. Egzersizin bağışıklık sistem fonksiyonları üzerindeki etki düzeyi; egzersizin yoğunluğu, süresi, şiddeti ve bireyin fiziksel uygunluk düzeyi gibi pek çok değişkene bağlıdır.

Giriş

Son yıllarda immün sistem ve egzersiz üzerine birçok çalışma yapılmıştır. Yoğun egzersizin de bir stres olduğu göz önüne alınırsa, egzersize karşı gösterilen immünolojik tepkilerin, termal ya da travmatik yaralanmalarda görülen reaksiyonlardan farklı olmayacağı açıktır (Nieman, 1994). Egzersiz sırasında, egzersizin yoğunluğuna bağlı olmak üzere kana çeşitli düzeylerde stres hormonları salgılanır. Bu hormonlar kandaki lökosit ve lenfosit alt grupları üzerinde oldukça etkili olmaktadır (Nıeman, Miller, Henson. 1994) Bu etki, orta yoğunlukta (Max.$V0_2$'nin % 50'sinde) bir egzersizden sonra görülmemekle birlikte, şiddetli yoğunlukta (Max.$V0_2$'nin % 75-80'inde) bir egzersizden sonra nötrofili, lenfositoz ve monositoz görüldüğü tespit edilmiştir (Nıeman, Nehlsen. 1994). Orta yoğunlukta anaerobik threshold (eşik) altındaki egzersizlerde kan hücre sayısında ve hormon düzeyinde önemli farklar görülmediği, fakat iki saatten fazla süren orta yoğunluktaki egzersizlerde ve %100 yüklemeli tüketici egzersizlerde kan hücrelerinde ve kan hormon seviyelerinde negatif ve pozitif yönde değişiklikler olduğu tespit edilmiştir (Gabrıel H., Muller H.J., vd. 1995). Bu farklılıkların muhtemelen, egzersizin yoğunluğundan, süresinden, immün değerlendirmelerin zamanlamasından ve kişilerin kondisyon düzeylerinin farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Firtzgerald tarafından öne sürülen orta yoğunlukta bir egzersizin immün sistemi tetiklediği, fakat şiddetli ve uzun süren egzersizlerin immün sistemi baskıladığı hipotezini, Tvede ve arkadaşları da yaptıkları çalışmalarla desteklemişlerdir (Fıtzgerald L. 1988. , Tvede, Kappel, Pedersen. 1993)

Egzersiz, hem ürettiği stres hem de oluşturduğu fizyolojik mekanizmalarla insan ve sporcu sağlığında, yaşam ve verim kalitesinde önemli rol oynayan bir faktördür. Egzersiz ile etkilenen endokrin ve immun sistem mekanizmaları değişik egzersiz uygulamalarında değişik etkiler oluşturmaktadırlar. Bu etkilerinin araştırılmasının insan ve sporcu verimliliğine olan yararları yanı sıra hastalık ve tedavi açısından da önemli katkıları olmaktadır. Enfeksiyon, kanser, dejeneratif hastalıklar, yaşlılık gibi normalden sapan olaylarda egzersiz ile ilgili çalışmaların getirebileceği önemli önleyici ve tedavi edici etkiler bulunmaktadır.

Bu sebeplerden dolayı; egzersizin, immün sistemin çeşitli elemanlarına nasıl etki ettiğini bilmek ve kişiye hangi aşamada yararlı ya da zararlı olduğunu bilmek, kişileri egzersize yönlendirirken egzersiz tipinin belirlenmesi oldukça önemlidir.

Dayanıklılık Sporlarının Bağışıklık Sistemi Üzerine Etkileri

Akut egzersiz ve mukoz yanıtı konu alan araştırmalar, özellikle solunum yolunda patojen ve antijenlere karşı "ilk defans hattı" olarak bilinen bir immünoglobin olan IgA üzerine yoğunlaşmaktadır. IgA, virüs ve bakterilerin epitele tutunmasını engellemede önemi nedeniyle eksikliği üst solunum yolları enfeksiyon riski ile ilişkilendirilmektedir. (Mackinnon,1991; Mackinnon ve Hooper,1994) . Şiddetli bir akut egzersizi takip eden ilk 1 saat içerisinde ağız mukozasında IgA düzeyinin normal değerin altına düştüğüne dair bulgular mevcuttur (Gleeson ve Pyne, 2000). Örneğin, submaksimal şiddette 2 saat antrenman ardından antrene bisikletçilerde %60, elit kürekçilerde %50 oranında azaldığına ilişkin kanıtlar bulunmaktadır. Bir yandan da şiddetli egzersiz ile artan solunum sıklığı nedeniyle ağız mukozasının azalması riski bulunmaktadır. Buna karşın, maksimal kalp atımının %60'ına kadar egzersiz şiddetinde 30 dk. bisiklet eforu ardından IgA oranı %30-45 arasında artış göstermektedir (Reid vd, 2001). Güncel bir çalışmada da 72 yaş ortalamasında 12 haftalık rekreasyonel yüzme etkinliklerine katılan kadınlarda aynı yaştaki sedanter kontrol grubuna göre IgA'da artış %16 olarak bulunmuş (Lee vd,2020), bu bulgular, solunum sırasında vücudun bu ilk defans hattının yetişkin ve hatta ileri yaştaki bireylerde kronik egzersizden olumlu etkilendiğini, buna karşın orta şiddetin üzerinde 90 dk.'yı aşan akut egzersizlerden olumsuz yönde etkilendiğini ortaya koymuştur.

Akut Egzersize Bağışıklık Yanıtı

Tek seferlik yapılan akut kısa süreli ve yüksek şiddetteki egzersizden hemen sonra lökosit konsantrasyonu artar (lenfositoz) ve bu artış daha çok nötrofiller tarafından gerçekleştirilir. Egzersiz sonrasında da nötrofil miktarındaki artış devam eder. Uzun süren egzersizi takiben lenfosit konsantrasyonu artışı kısa süreli egzersizden sonra oluşan artıştan neredeyse iki kat daha fazladır. Tek seferlik uzun süren şiddetli egzersiz sonrası tümör hücrelerine karşı vücudun temel koruyucu sistemi olan NK hücreleri ve B hücreleri de baskılanır ve dolaşımdaki antikor üretimi ve mukozadaki lokal IgA üretimi durur (Şenışık,2015).

Kronik Egzersize Bağışıklık Yanıtı

Sporcu olmayanlarla karşılaştırıldığında; sporcularda dinlenme döneminde bağışıklık sistemi fonksiyonları farklılıktan çok benzerlikler göstermektedir. Genel olarak, edinilmiş (adaptif) immün sistem yoğun ve uzamış egzersiz antrenmanı ile büyük ölçüde etkilenmiyor gibidir (Baj ve diğ.,1994; ,Tvede ve diğ., 1991). İnsan ve hayvanlarda yapılan pek çok çalışmada, düzenli yapılan hafif-orta şiddetteki egzersizin NK hücre aktivitesinde belirgin, uzun süreli ve anlamlı iyileşmelere yol açtığı saptanmıştır (Lin, Jan ve Chen,1993 ;Shephard ve Shek, 1999; Tvede ve diğ., 1991). Ayrıca orta şiddette düzenli egzersizin yaşlılık ve stres ile oluşan immün sistemdeki baskılanmayı ve kanser insidansını azalttığı gösterilmiştir (Shephard ve Shek, 1999).

Egzersiz ve İmmün Yanıtlar

Antrenman şiddetlerinin bağışıklık sistemi üzerine etkileri düşünüldüğünde yarışmacı sporcuların formlarını korumak için gerekli olan yüksek şiddetli egzersizlere devam edip etmeyecekleri konusu ciddi bir sorun olarak ortaya çıkmıştır. Çünkü sporcular düşük şiddetli egzersizler ile form durumlarını koruyamazken, yüksek şiddetli egzersizler ile bağışıklık sistemlerini baskılayarak hastalığa yakalanma riskinde bir artış meydana getirebilir. Hull ve diğ. (2020) elit sporcuların, hastalık semptomları bulunmuyorsa antrenman yükünde ani bir artış olmaması koşuluyla yüksek şiddetli antrenmana devam edebileceğini belirtmiştir.

Hafif ve orta şiddette egzersiz bağışıklık sistemini olumlu yönde etkiler. Hafif ve orta şiddetteki egzersizden sonra natural killers (NK) hücrelerinin etkinliği artar, nötrofil ve makrafoj fonksiyonları uyarılır, T ve B lenfosit hücre sayı ve etkinlikleri artar. Bu nedenle düzenli orta şiddette yapılan egzersiz üst solunum yolu hastalıklarına karşı direnci arttırır (Şenışık, 2015; Nieman ve ark., 1994; Gleeson, 1985). Harris (2011) orta şiddetli egzersiz yapan kişilerde üst solunum yolu enfeksiyonu görülme olasılığının %20-30 oranında azaldığını bildirmiştir. Uzun süreli yüksek şiddetli egzersizler ise immünosupresyona yol açar (Martin ve ark., 2009; Ahmadinejad ve ark., 2014). Yüksek şiddetli uzun süreli bir egzersizi takiben lenfosit konsantrasyonu düşer ve hücrelerin çoğalma yeteneği, orta düzeydeki sitotoksik aktivite ve immünoglobülin üretimi azalır, bunların sonucunda bağışıklık sistemi baskılanır (Şenışık, 2015; Nieman ve ark., 1994; Tvede ve ark., 1989). Bu tür egzersizleri izleyen birkaç saat boyunca bağışıklık sistemi zayıflar ve bu dönemde solunum yolu enfeksiyonu riski

artar(Ahmadinejad ve ark., 2014). Kısacası egzersiz ve bağışıklık sistemi arasında "J" formunda eğri modeli ile gösterilen bir ilişki tanımlanmıştır. Bu modele göre şiddetli egzersiz üst solunum yolu enfeksiyon riskini artırırken, orta şiddetteki egzersiz üst solunum yolu enfeksiyon riskini azaltmaktadır (Şenışık, 2015; Ahmadinejad ve ark., 2014; Tvede ve ark., 1989). Yoğun antrenman ve yarışma dönemlerinde elit sporcularda üst solunum yolları enfeksiyonlarının artması ve uzun süre performans düşüklüğüne sebep olması, enfeksiyonu olan sporcularda yeterli istirahat verilmeden antrenmana devam ettirilmesi durumunda, miyokardit gibi sağlığı ciddi şekilde tehdit eden rahatsızlıklar oluşturmaktadır ([88].

KAYNAKLAR

Ahmadinejad, Z., Alijani, N., Mansori, S., Ziaee, V. (2014). Common sports related infections: a review on clinical pictures, management and time to return to sports. Asian J Sports Med, 5(1), 1-9.

Baj Z, Kantorski J, Majewska E, Zeman K, Pokoca L, Fornalczyk E, et al. (1994). Immunological status of competitive cyclists before and after the training season. Int J Sports Med.;15:319-24.

Gleeson M, Pyne DB.(2000). Exercise effects on mucosal immunity. Immunology and Cell Biology 78:536-544.

Harris, M.D. (2011). Infectious disease in athletes. Curr Sports Med Rep, 10(2), 84-89.

Hull, J.H., Loosemore, M., & Schwellnus, M. (2020). Respiratory health in athletes: facing the COVID-19 challenge. Lancet Respir Med, 8, S2213-2600(20)30175-2.

Koz M, Ersöz G. (1995). Egzersiz ve ümmin sistem. MN Doktor. 3:412-5.

Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT. (2012) Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. Lancet. 380:219-29.

Lin YS, Jan MS, Chen HI. The effect of chronic and acute exercise on immunity in rats. Int J Sports Med. 1993;14:86-92.

Mackinnon L T, Ginn E, Seymour G J. (1991). Temporal relationship between exerciseinduced decreases in salivary IgA concentration and subsequent appearance of upper respiratory illness in elite athletes. Medicine and Science in Sports and Exercise 23:45.

Mackinnon L T, Hooper S. (1994). Mucosal immune system responses to exercise of varying intensity and during overtraining. International Journal of Sports Medicine 15:179-183.

Martin, S.A., Pence, B.D., & Woods, J.A. (2009). Exercise and respiratory tract viral infections. Exerc Sport Sci Rev, 37(4), 157-164.

Nieman D C, Johansen L M, Lee J W, Arabatzis K. (1990) Infectious episodes in runners before and after the Los Angeles Marathon. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness 30:316-328.

Nieman, D.C., Miller, A.R., Henson, D.A., Warren, B.J., Gusewitch, G., Johnson, R.L., Davis, J.M., Butterworth, D.E., Herring, J.L., Nehlsen-Cannarella, S.L. (1994). Effect of high versus moderate exercise on lymphocyte subpopulations and proliferative response. Int J Sports Med, 15(4), 199-206.

Nıeman D.C. (1994) Nehlsen L.S.: The Immun Respons To Exercise, Seminars İn Hematology, Vol.31, No:2 April.

Fıtzgerald L. (1988). Exercise And İmmune System. Immunol Today 9: 337-339.

Tvede N., Kappel M., Halkjaer K.J., Galbo H., Pedersen B.K. (1993) The Effect Of Light, Moderate and Severe Bicycle Exercise on Lymphocyte Subsets, Natural and Lymphokine Activated Killer Cells, Lymphocyte Proliferative Response and Interleukin 2 Production. Int. J. Sports. Med. 14: 275-282.

Reid M R, Drummond P D, Mackinnon LT. (2001). The effect of moderate aerobic exercise and relaxation on secretory immunoglobulin A. International Journal of Sports Medicine 22:132-137.

Shephard RJ, Shek PN. (1999). Effects of exercise and training on natural killer cell counts and cytolytic activity: a meta-analysis. Sports Med.;28:177-95.

Şenışık SÇ. (2015). Egzersiz Ve Bağışıklık Sistemi. Spor Hekimliği Dergisi.50:1:11-20.

Tvede N, Steensberg J, Baslund B, Halkjaer-Kristensen J, Pedersen BK. (1991). Cellular immunity in highly trained elite racing cyclists during periods of training with high and low intensity. Scand J Med Sci Sports.;1:163-6.

Tvede, N., Heilmann, C., Halkjaer-Kristensen, J., Pedersen, B.K. (1989). Mechanisms of Blymphocyte supression induced by acute physical exercise. J Clin Lab Immunol, 30(4), 169- 173.

Özgürbüz Ö. (2003). Egzersiz ve İmmünite. IX. Ulusal Spor Hekimliği Kongresi. 170-178.Nevşehir.

SPOR KULÜPLERİNDE DEĞER YARATMA

VALUE CREATION IN SPORT CLUBS

Dr. Zafer ÇİMEN

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Günümüzde pazarlama dünyasında örgütlerin işbirliği içinde yeniden değer yaratmaya yönelik hizmet ve pazarlama faaliyetleri giderek önem kazanmaktadır. Bu nedenle örgütler tüketiciler için değer yaratmaktan tüketicilerle birlikte yeniden *değer* yaratmaya yönelmekte ve örgüt ve tüketici arasındaki işbirliği gelişmektedir (Hedlund, 2014). Örgütler değeri ister geleneksel paradigmalarla tek taraflı, isterse çağdaş paradigmalarla işbirliği içinde yaratsın ürünün tüketicilere sunduğu değer, pazarlama alanyazınında bir ürünün diğer ürünlere kıyasla faydalarını ve maliyetlerini değerlendirmesiyle oluşan farkı anlatır ve "Değer=Faydalar/Maliyet" formülüyle ifade edilir.

Ürünlerin sunduğu değerlerin çeşitleri ve önemi kişiden kişiye değişse de genel olarak *işlevsel, parasal, sosyal ve psikolojik değer* başlıkları altında toplanabilir. Tüketiciler zorunlu ve yaşamsal ihtiyaçlarını karşılarken, bu sıralanan değerlerden kendileri için önemli olan veya en fazla *değeri* sunan ürünleri satın alma davranışlarına yansıtırlar. Satın alma davranışlarına yön veren değerlerin yaratılma süreçleri son yıllara kadar genellikle geleneksel yönetim ve pazarlama yaklaşımlarıyla, yani ekonomi teorisine (economic theory) dayalı olarak gerçekleştirilmekteydi. Bu teoride ekonomik değişimin temeli olan ürün örgütler tarafından tek taraflı olarak yaratılır, ürün müşteriler için cazip hale gelir ve taşıdığı değerle birlikte ekonomik olarak değişim sağlanır.

Bu geleneksel perspektif 2000'li yılların ilk yarısında 'Mal-Baskın Mantık-MBM' (goods-dominant logic-GDL) olarak adlandırmış ve ardından pazarlama dünyası için yeni bir bakış açısı sunulmuştur (Vargo ve Lusch, 2004). Sunulan bu yeni bakış açısı geleneksel pazarlama ve yönetimin sınırlılıklarına karşı bir yanıt niteliğinde olan 'Hizmet-Baskın Mantık-HBM'tır (service-dominant logic-SDL). Bu anlayışa göre örgütler odaklarını tüketiciler için değer yaratmaktan, tüketicilerle birlikte değer yaratmaya kaydırmalı ve tüketicilerle işbirliğini artırılmalıdır.

Konuya spor bağlamında yaklaşıldığında değerin birlikte yaratılması, spor örgütleri, organizasyonları, taraftarlar ve spor etkinliğine katılan tüm paydaşlarla işbirliği yapılmasını anlatır (Ballantyne ve Varey, 2006) ve 'hizmet ekosistemiler' olarak adlandırılır. Birincil seviyeden makro seviyeye kadar dört bölümde ele alınması önerilir (Horbel ve ark., 2016). Yani değer yaratma sadece 'üreteci'yle sınırlı değildir. Paydaşlar spor kulüpleri, spor federasyonları, hükümet, taraftarlar, sponsorlar, medya, kar amacı gütmeyen kurumlar vb. olabilir.

Bu noktada ülkemizde en popüler sporu futbol ekosisteminin değer yaratma konusunda hangi yaklaşımı benimsediği örneklerle anlaşılabilir. Passolig haklı gerekçelerle hükümet tarafından hayata geçirildi ve taraftarlarının stadyumlara maç izleme oranları ciddi düşüş gösterdi (Özgen, ve Balcı, 2017). Yani futbolda makro seviyede ve tek taraflı alınan karar futbol ekosisteminde ilk yıllarda olumlu algılanmadı. Spor kulüplerinden örnek GS ve Liverpool takımları: GS resmi sayfasında 'Taraftar' sekmesi altında verilerin korunması ve taraftar dernekleri başlıkları yer alırken, Liverpool resmi sayfasında 'Fans' sekmesi ve 'Anfield' sekmesi altında maç günü etkinliklerinin yanı sıra sezonluk veya sürekli yapılan etkinliklerle (yılbaşı, evlenme töreni gibi) karşılaşılır. Böylece Liverpool çeşitli etkinliklerle taraftarları bir araya getirerek etkileşimde bulunmalarını ve bu etkileşimlerin çeşitli platformlarda paylaşılmasını sağlayarak birlikte değerler üreterek taraftar ilgisini canlı tutmayı başarmaktadır.

Bu örnekler makro ve mikro seviyelerde ülkemizde genel olarak geleneksel ekonomik teoriye uygun hareket edildiği ve değer yaratmada paydaşların dışarıda tutulduğunu göstermektedir. Sonuç olarak 'futbol ekosisteminin' sürdürülebilirliği için değerler yaratılırken tüm alt ve üst sistemler ortak hareket etmeyi benimsemeli ve spor kulüplerimiz öncelikle iç seviyede (spor kulübü-taraftar), ardından diğer paydaşlarla etkileşime geçerek ortak

kabul gören değerleri yaşatma ve yeni değerleri birlikte yaratma konusunda etkin hareket etmeleri gerektiği söylenebilir. Çünkü ortak yaratılan değerler tüm paydaşlar için daha değerlidir.

Kaynaklar

Ballantyne, D., ve Varey, R. J. (2006). Creating value-in-use through marketing interaction: The exchange logic of relating, communicating and knowing. Marketing Theory, 6, 335–348. doi:10.1177/1470593106066795.

Hedlund, D.P. (2014). Creating value through membership and participation in sport fan consumption communities. *European Sport Management Quarterly*, 14:1, 50-71. DOI: 10.1080/16184742.2013.865775.

Horbel, C., Popp, B., Woratschek ve Wilson, B. (2016) How context shapes value co-creation: spectator experience of sport events, *The Service Industries Journal*, 36:11-12, 510-531, DOI: 10.1080/02642069.2016.1255730.

Özgen, C. ve Balcı, V. (2017). An investıgatıon on reasons of the decrease ın number of spectators ın 2014-2015 Turkısh football league season from the perspectıves of spectators. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11:2, 136-147.

Vargo, S.L. ve Lusch, R.F. (2004). Evolving to a New Dominant Logic for Marketing, *Journal of Marketing*, 68, 1–17.

SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ

ORAL PRESENTATION ABSTRACTS

ANTRENMAN VE HAREKET BİLİMLERİ / TRAINING AND MOVEMENT SCIENCE

SB10

KADIN VE ERKEN HALTERCİLERDE ALT VE ÜST EKSTREMİTE ANAEROBİK PERFORMANSIN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tuğba Kocahan, [1]Erkan Tortu, [1]Burak Üstundağ [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Sporcu Sağlığı Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı/ANKARA

Email : *tugba.kocahan@gsb.gov.tr, erkan.tortu@gsb.gov.tr, burak.ustunda@gmail.com, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma kadın ve erkek haltercilerde alt ve üst ekstremite anaerobik performansı karşılaştırmak amacıyla planlandı.

Yöntem: Çalışmaya 25 erkek (yaş: 18,06±1,25 yıl; vücut ağırlığı: 70,02±5,34 kg; boy: 160,45±3,45 cm; spor yaşı: 11,18±3,15yıl) ve 22 kadın (yaş: 17,90±0,95 yıl; vücut ağırlığı: 58,02±4,64 kg; boy: 155,45±4,15 cm; spor yaşı: 13,18±3,15yıl) halter sporcusu dâhil edildi. Sporcuların yaşı ve spor yılı sözel olarak, boy uzunluğu stadiometre ile, vücut ağırlığı biyoelektrik impedans analiz cihazı (Tanita MC-980) ile, anaerobik performansı ise wingate test protokolünde alt (vücut ağ. %7,5) ve üst (vücut ağ. %5,0) ekstremite bisiklet ergometresi ile (Monark Ergonometrik 894, Monark Ergonometrik 891) değerlendirildi. Testler 48 saat ara ile yapıldı. Verilerin normal dağılımı Kolmogorov- Smirnov testi ile incelendi. Gruplar arasındaki alt ve üst ekstremite anaerobik güç verilerinin karşılaştırılmasında Independent samples t-test kullanıldı. Anlamlılık düzeyi için $p<0,05$ kabul edildi. Bulgular: Erkek haltercilerin alt ve üst ekstremite anaerobik performansları karşılaştırıldığında mutlak zirve güç, mutlak ortalama güç, relatif ortalama güç ve zirve güce ulaşma süresi verilerinde istatiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p<0,05$). Relatif zirve güç değerlerinde ise istatiksel olarak anlamlı fark görülmemektedir ($p<0,05$). Kadın haltercilerin alt ve üst ekstremite anaerobik performansları karşılaştırıldığında; mutlak zirve güç, mutlak ortalama güç, relatif zirve güç ve relatif ortalama güç verilerinde istatiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p<0,05$). Zirve güce ulaşma süresi verilerinde istatiksel olarak anlamlı fark görülmemektedir ($p>0,05$).

Sonuç: Erkek halterciler alt ve üst ekstremite anaerobik relatif zirve güç değerlerinde vücut ağırlıklarına oranla (kendi içlerinde) benzer patlayıcı güç üretmektedir. Mutlak değerlerde ise bu güç verileri değişmektedir. Kadın haltercilerde, alt ve üst ekstremite relatif ve mutlak anaerobik güç değerlerinde farklılık görülmektedir. Zirve güce ulaşma sürelerinde ise farklılıklar görülmektedir. Kadınların üst ekstremitede alt ekstremiteye oranla zirve güce daha erken ulaştıkları görülmektedir.

The Comparıson Of Lower And Upper Extremıty Anaerobıc Performance In Women And Man Weightlifters

The aim of this study is to compare lower and upper extremity anaerobic performance in male and women weightlifters. The research group consists of 25 men (Xage=18,06±1,25 year; Xbw=70,02±5,34 kg; Xhe=160,45±3,45 cm; Xta=11,18±3,15 year) and 22 (female Xage=17,90±0,95 year; Xbw=58,02±4,64 kg; Xhe=155,45±4,15 cm; Xta=13,18±3,15 year) weightlifters. In order to measure anaerobic performance values of upper and lower extremities of the study group, bicycle ergometer with Monark Ergonometrik 894 and 891 brand was used. Had the athletes exercised general warm-up and flexion workout by 3 minutes before Wingate anaerobic power test. Afterward, warm-up protocol was applied by having them do sprint in last 5 seconds of

each minute between 60-80 rpm with a duration of 5 minutes in bicycle ergometer. 30 second Wingate test was applied with added weight to bicycle ergometer in the percentage of 5 (for upper extremity) and 7,5 (for lower extremity) of body weight of the athletes. Before analysis, normality and equality of variance of the variables were assessed using a Kolmogorov-Smirnov test. Independent samples t-test was used in SPSS 25.0 program to find the difference between wrestlers. Accepted for the significance value ($p < 0.05$). In the data of absolute peak power, absolute average power, relative average power and peak power when compared to the anaerobic performance of male weightlifters statistically significant difference is observed ($p<0,05$). There is no statistically significant difference in the relative peak power values ($p>0.05$). Absolute peak power, absolute average power, relative peak power and relative average power data when compared to the anaerobic performance of women weightlifters statistically significant difference is observed ($p<0,05$). There is no statistically significant difference in peak power time data ($p>0.05$). As a result, male weightlifters produce similar explosive power at lower and upper extremity relative peak power values compared to body weight. Absolute power data differ. Women have differences in both relative and absolute power values. Differences are observed in the times of reaching pea kpower. women reach peak power in the upper extremities earlier than lower extremities.

SB11

SERBEST VE GREKOROMEN STİLDEKİ ERKEK GÜREŞÇİLERİN DİKEY SIÇRAMA, ÇEVİKLİK, ANAEROBİK GÜÇ VE SPRİNT PERFORMANSLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tuğba Kocahan, [1]Erkan Tortu, [1]Hamitcan Güraslan, [1]Banu Kabak, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Sporcu Sağlığı Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı ANKARA

Email : *tugba.kocahan@gsb.gov.tr, erkan.tortu@gsb.gov.tr, hamitcan.guraslan@gsb.gov.tr, banu.kabak@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Amaç: Bu çalışma serbest ve grekoromen stildeki güreşçilerin dikey sıçrama, çeviklik, anaerobik güç ve sprint performanslarının karşılaştırılması amacıyla planlandı. Yöntem: Çalışmaya 38 grekoromen stil (yaş: 18,79±2,29 yıl; vücut ağırlığı: 71,66±12,00 kg; boy: 170,06±7,01 cm; spor yaşı: 7,18±2,15 yıl) ve 38 serbest stil (yaş: 17,65±1,34 yıl; vücut ağırlığı: 64,30±6,04 kg; boy: 167,30±5,64 cm; spor yaşı: 7,23±2,08 yıl) güreş sporcusu dahil edildi. Sporculara testler öncesinde standart ısınma protokolü uygulandı. Dikey sıçrama ve çeviklik testleri aynı gün, anaerobik güç testi ve sprint testleri ise 48 saat ara ile farklı günlerde uygulandı. Dikey sıçrama testi Opto-jump (Microgate, Bolzano, Italy) cihazı ile, çeviklik testi pro-agility (Microgate İtaly) ile, anaerobik güç ve kapasite testi Monark Ergonometrik 894 marka bisiklet ergometresi ile, 20m sprint testi microgate fotosel sistemi (Microgate İtaly) ile değerlendirildi. Verilerin normal dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelendi. Verilerin karşılaştırılmasında Independent samples t-test kullanıldı. Anlamlılık düzeyi için (P<0,05) kabul edildi.

Bulgular: Gruplar arasında Wingate anaerobik güç testi ve dikey sıçrama testinden elde edilen değerler karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmedi (p>0,05). Çeviklik testinde serbest stildeki güreşçilerin değerleri (Xagility=4,91±0,19 sn) grekoromen stildeki güreşçilerin değerlerinden (Xagility=5,03±0,22 sn) farklı olduğu ve bu farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu görüldü (P<0,05). 20m sprint testinde serbest stildeki güreşçiler (X20m=3,37±0,35 sn), grekoromen stildeki güreşçilerin değerlerinden (X20m=3,78±0,75 sn) farklı olduğu ve bu farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu görüldü (P<0,05).

Sonuç: Serbest ve grekoromen stildeki güreşçilerin anaerobik güç ve dikey sıçrama testlerinin sonuçları benzer iken, sprint ve çeviklik testlerinin sonuçlarına bakıldığında grekoromen stildeki güreşçilerin daha hızlı ve çevik oldukları görülmüştür.

The Comparison Of Vertical Jump, Agility, Anaerobic Power, Sprint Performances In Freestyle And Greco-Roman Wrestlers

The aim of the study is the comparıson of vertical jump, agility, anaerobic power, sprint performances in freestyle and greco-roman wrestlers.Study group is consist of 38 male greko-romen style (Xyaş=18,79±2,29 yıl; Xva=71,66±12,00 kg; Xboy=170,06±7,01 cm; Xsporyasşı=7,18±2,15yıl), 38 male free style (Xyaş=17,65±1,34 yıl; Xva=64,30±6,04 kg; Xbu=167,30±5,64 cm; Xsporyasşı=7,23±2,08yıl). Warm-up protocols were applied to the study group before all tests. Vertical jump and agility tests were performed on the same day. Anaerobic power and sprint test were done on different days with 48 hour intervals. Wingate anaerobic power test was applied by using bicycle ergometer with Monark Ergonometrik 894. With the vertical jump test Opto-jump (Microgate, Bolzano, Italy) device, the athletes were given 2 times squat and active jump and their best score were recorded.

Pro-agility (Microgate Italy) was performed as an agility test. 20m sprint test; microgate photocell system (Microgate Italy) was used. Before analysis, normality and equality of variance of the variables were assessed using a Kolmogorov-Smirnov test. Independent samples t-test was used in SPSS 25.0 program to find the difference between wrestlers. Accepted for the significance value ($p < 0.05$) The data obtained from anaerobic power and vertical jump tests are similar and no significant differences($p > 0,05$). Agility and sprint data of freestyle wrestlers (Xagility=4,91±0,19 sn), (X20m=3,37±0,35 sn) is different from wrestlers in greco-roman style (Xagility=5,03±0,22 sn), (X20m=3,78±0,75 sn) . This differences is statistically significant($p < 0.05$). As a result, wrestlers in free and greco-roman style have similar values in anaerobic power and vertical jump tests. Agility and sprint test values of freestyle wrestlers are better than Greco-Roman wrestlers. These differences can be caused by different wrestling styles of the two styles. Free-style wrestlers may use the lower extremities more intensively and explain the difference in sprint and agility performance results.

SB13

12 HAFTALIK REKREAKTİF ANTRENMAN PROGRAMININ KADINLARIN EL KAVRAMA KUVVETİ, SIRT KUVVETİ, BACAK KUVVETİ, ESNEKLİK VE VÜCUT KOMPOZİSYONUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Kübra KAYA*, [2]İsmail KAYA, [3]Adem POYRAZ, [4]Çiğdem YILDIZÇİÇEK**

[1]KÜTAHYA
[2]Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[4]Bozüyük Belediyesi Metristepe Kültür Merkezi, Antrenör, BİLECİK

***Email :** kubrakaya1169@gmail.com, ismail.kaya@dpu.edu.tr, apoyraz63@gmail.com, cgdmmgl@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı; 12 Haftalık Rekreatif Antrenman Programının Kadınların El Kavrama Kuvveti, Sırt Kuvveti, Bacak Kuvveti, Esneklik ve Vücut Kompozisyonuna Etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, 32'si denek, 35'i kontrol olmak üzere toplam 67 kadın gönüllü olarak katıldı. Denek grubu yaş ortalaması 43.12±11.17, kontrol grubu 36.82±9.82 yıl. Denek ve kontrol grubu kadınların ölçümleri çalışma öncesi ve çalışma sonrası alındı. Elde edilen veriler SPSS programıyla denek ve kontrol grubu kadınlar arasındaki farklılıkları belirlemede bağımlı gruplarda t testi uygulandı ve $p<0,05$ değeri anlamlı kabul edildi. Test sonuçları denek ve kontrol grubu kadınların antrenman programına bağlı olarak vücut ağırlığı, el kavrama kuvveti, sırt kuvveti, bacak kuvveti, esneklik, şınav, mekik ve calf yağ ölçüm değerleri arasındaki farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulnmazken ($p>0,05$). denek grubu kadınların vücut yağ ölçüm değerleri arasındaki farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç olarak yapılan rekreatif antrenman programı deneklerin fizyolojik ve antrepometrik özelliklerinde gelişim sağlandığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Rekreatif, Antrenman, Sedanter, Kadın, Vücut Kompozisyonu.

Investigation Of The Effects Of 12 Week Recreation Training Programme On Hand Grip Strength, Back Strength, Leg Strength, Elasticity And Body Composition Of Female

Investigation of the Effects of 12 Week Recreation Training Programme on Hand Grip Strength, Back Strength, Leg Strength, Elasticity and Body Composition of Female The purpose of this study is to investigation of the effects of 12 week recreation training programme on hand grip strength, back strength, leg strength, elasticity and body composition of female In the study, a total of 67 female voluntarily participated, 32 subjects and 35 control group. The mean age subject group 43.12±11.17, control group 36.82±9.82 year. Measurements of the subject and the control group were taken before and after the study. The obtained data were used for t-test for between subject and control group female with SPSS programme, with $p<0.05$ significance level, to determine differences with subject group and control group. The test results were as follows: body weight, hand grip strength, back strength, leg strength, elasticity, push up, sit up and calf fat, measurements were statistically insignificant ($p> 0.05$). Measurements obtained from the subjects in the body fat test were statistically significant ($p<0.05$). As a result, it has been observed that the recreation training program has improved the physiological and anthropometric properties of the subjects.

Key words: Recreation, Training, Sedentary, Female, Body Composition,

SB16

KADIN VE ERKEK SPORCULARDA ANAEROBİK PERFORMANS İLE REAKTİF ÇEVİKLİK ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Tuğba Kocahan, [1]Erkan Tortu, [1]Bilal Rengül, [1]Banu Kabak, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, ANKARA

Email : *tugba.kocahan@gsb.gov.tr, erkan.tortu@gsb.gov.tr, bilal.rengul@gsb.gov.tr, banu.kabak@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Amaç: Bu çalışma kadın ve erkek sporcularda anaerobik performans ile reaktif çeviklik arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla planlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 60 erkek (tenis;11, güreş;13, karate;12, Taekwondo;12, Judo; 12) (yaş: 19,25±1,30 yıl; vücut ağırlığı: 66,90±5,75 kg; boy: 177,45±3,65; ; spor yaşı: 6,21±3,15yıl) ve 60 kadın (tenis;12, güreş;11, karate;13, Taekwondo;12, Judo; 12) (yaş: 18,78±1,95 yıl; vücut ağırlığı: 56,42±4,64 kg; boy: 165,45±4,15; spor yaşı: 4,50±2,46yıl) sporcu dahil edildi. Sporcuların yaşı ve spor yılı sözel olarak, boy uzunluğu stadiometre ile, vücut kompozisyon ölçümleri biyoelektrik impedans analiz cihazı (Tanita MC-980) ile, reaktif çeviklik testi speed court sistemi ile, anaerobik performans testi (wingate) bisiklet ergometresi (Monark 894) ile değerlendirildi. Reaktif çevikliği ve anaerobik performans testi 48 saat ara ile yapıldı. Speed court sistemi 6.20 m x 6.20 m boyutlarında bir platform üzerinde, 10 adet temas sensörü simetrik bir sırayla entegre edilmiştir ve geniş bir ekranda görüntülenir. Sporcuya ekran üzerinde belirli veya randomize edilmiş bir temas plakası dizini gösterilir ve hedeflenen temas sensörüne dokunması istenir. Sporcu her dokunduğunda, bir sonraki temas plakası ekranda görülür. Wingate anaerobik güç testinden önce sporculara bisiklet ergometresinde 5 dakika süreli ve her dakikanın son 5 saniyesinde sprint içeren 60-80 rpm hızında ısınma protokolü uygulandı ve ardından alt ekstremite bisiklet ergometresine vücut ağırlığının %7,5'u oranında eklenen ağırlık ile 30 sn Wingate testi uygulandı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik paket programı kullanıldı. Verilerin normal dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelendi. Parametreler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için "Pearson Korelasyon Katsayısı" kullanıldı. Bulgular: Erkek sporcuların relatif zirve güç değerleri (Xort=15,28±2,11 watt) ile reaktif çeviklik değerleri (Xort=25,56±2,73 sn) arasında negatif yönde yüksek düzeyde ilişki (r;-0,868); relatif ortalama güç değerleri ile (Xort=10,08±1,47 watt)

The Relationship Between Anaerobic Performances And Reactive Agility In Male And Female Athletes

The aim of the study is the relationship between anaerobic performances and reactive agility in male and female athletes. Study group is consist of 60 male (Xyaş=19,25±1,30 yıl; Xva=66,90±5,75 kg; Xbu=177,45±3,65) and 60 female (Xyaş=18,78±1,95 yıl; Xva=56,42±4,64 kg; Xbu=165,45±4,15)) athletes. Anaerobic performance test (wingate) and reactive agility tests (speedcourt) were performed on different days with 48 hours interval. Speed court system was used as a reactive Agility test. Monarch Ergonometric 894 brand bicycle ergometer was used in anaerobic power and capacity test. The Speedcourt is made of a platform with the dimensions 6.20 m x 6.20 m.

ten plates with contact sensors are integrated in a symmetric order and are displayed on a large screen. The Speedcourt shows a given or randomized sequence of contact plates to the player. With each foot touchdown on the targeted contact sensor, the next contact plate is visualized on the screen. Wingate anaerobic power test; afterward, warm-up protocol was applied by having them do sprint in last 5 seconds of each minute between 60-80 rpm with a duration of 5 minutes in bicycle ergometer. 30 second Wingate test was applied with added weight to bicycle ergometer in the percentage of 7,5 of body weight of the athletes. Before analysis, normality and equality of variance of the variables were assessed using a Kolmogorov-Smirnov test. Pearson Correlation Coefficient' was used to in SPSS 25.0 program determine the relationship between parameters. Accepted for the significance value ($p < 0.05$). For male athletes; negative high level of correlation (r; -0.868) was found between relative peak power (Xort=15.28±2.11 watts) and reactive agility (Xort=25.56±2.73 sec) and negative moderate correlation (r; -0.621) with the relative average power (Xort=10.08±1.47 watts) was found ($p<0.05$). For female athletes negative moderate level of correlation (r; -0.625) was found between relative peak power (Xort=12,00±1,37 watt)) and reactive agility (Xort=28,37±2,73 sec) and negative moderate correlation (r; -0.521) with the relative average power (Xort=08,08±0,80 watt) was found ($p<0.05$). As a result, there were statistically significant relationships between anaerobic performance and reactive agility in male and female athletes at moderate and high levels. Explosive power of male athletes explains 74% of the variance of the reactive agility of performance (R2: ,704), while in female athletes this ratio is 39% (R2: ,391). It can be said that this difference between male and female athletes is due to physiological and physical differences between sexes.

Keywords; Gender, Agility, Anaerobic power

SB19

KADIN VE ERKEK TRİATLON SPORCULARIN FARKLI ERGOMETRELERDEKİ OKSİJEN TÜKETİMLERİNİN VE TOPARLANMA YÜZDELERİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Erkan Tortu*, [1]Tuğba Kocahan, [1]Aydın Balcı, [1]Adnan Hasanoglu**

[1]Sporcu Sağlığı Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı

***Email :** tortuerkan@hotmail.com, tugba.kocahan@gsb.gov.tr, aydın.balci@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Amaç: Bu çalışma Kadın ve Erkek Triatlon Sporcuların Farklı Ergometrelerdeki oksijen tüketimlerinin ve Toparlanma Yüzdelerin karşılaştırılması amacıyla planlanmıştır. Yöntem: Çalışmaya 10 erkek (yaş: 17,30±1,48 yıl; vücut ağırlığı: 66,63±4,29 kg; boy: 174,35±2,47; ; spor yaşı: 5,45±1,18yıl) ve 8 kadın (yaş: 17,88±2,34 yıl; vücut ağırlığı: 55,10±3,34 kg; boy: 163,40±3,65; spor yaşı: 4,75±1,57yıl) sporcu dahil edildi. Sporcuların yaşı ve spor yılı sözel olarak, boy uzunluğu stadiometre ile, vücut kompozisyon ölçümleri biyoelektrik impedans analiz cihazı (Tanita MC-980) ile değerlendirildi. Sporcuların oksijen tüketimlerini ölçmek için pulmoner egzersiz test sistemi (cosmed K5) cihazı kullanıldı. Sporcular 48 saat ara ile koşu bandı (Hp Cosmos) ve bisiklet ergometresi (Monark LC6) kullanıldı. Testlerin hemen sonunda, 5dk, 10dk ve 20dk'larda kalp atım hızları ve laktat değerleri ölçüldü. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik paket programı kullanıldı. Verilerin normal dağılımı Shapiro-Wilk testi ile incelendi. Parametreler arasındaki farkın belirlenmesi için Mann-Whitney U testi kullanıldı. Bulgular: Erkek sporcuların koşu bandındaki (Xort:67,23±3,29 ml/dk/kg) ve bisiklet ergometresindeki (Xort:67,01±3,17 ml/dk/kg) oksijen tüketimlerinin benzer olduğu bulundu(p>0,05). Kadın sporcuların koşu bandındaki (Xort:55,58±4,74 ml/dk/kg) ve bisiklet ergometresindeki (Xort:57,65±7,20 ml/dk/kg) oksijen tüketimlerinin benzer olduğu bulundu(p>0,05). Kadın ve erkek sporcuların her ıkı ergometrede ulaştıkları oksijen tuketımlerı ve toparlanma yüzdelerinin birbirtinden farklı olduğu bulundu ve bu farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu görüldü(p<0,05).

Sonuç: Kadın ve erkek sporcular kendi aralarında her iki ergometrede benzer oksijen tüketimi ve toparlanma yüzdelerine sahip iken, erkek sporcuların her iki ergometde kadın sporculardan daha yüksek oksiken tüketimi değerlerine ulaştıkları ve test sonrasında kalp atım hızında ve laktat değerlerinde daha hızlı toparlanma değerlerine sahip olduğu görüldü.

Comparison Of Oxygen Consumption And Recovery Percentages Of Female And Male Triathlon Athletes In Different Ergometers

The aim of the study is Comparison Of Oxygen Consumption And Recovery Percentages Of Female And Male Triathlon Athletes İn Different Ergometers. Study group is consist of 10 male (XAge: 17,30±1,48 yıl; Xweight: 66,63±4,29 kg; Xheight: 174,35±2,47; Xexperince: 5,45±1,18 year) and 8 female (XAge=18,78±1,95 yıl; Xweigh=56,42±4,64 kg; Xheight=165,45±4,15; Xexperince: 4,75±1,57 year) athletes. Age of athletes and sports year were evaluated verbally, height length stadiometer, body composition measurements were evaluated with bioelectric impedance analyzer (Tanita MC-980). The pulmonary exercise test system (cosmed K5) device was used to measure the oxygen consumption of athletes. Athletes used treadmill (Hp Cosmos) and bicycle ergometer (Monark LC6) with 48 hours interval. Heart rate and lactate values were measured immediately after the tests and at 5min, 10min and 20min. Before analysis, normality and equality of variance of the variables were assessed using a Shapiro-Wilk test. Mann-Whitney U test was used in SPSS 25.0 program to find the difference

between wrestlers. Accepted for the significance value ($p < 0.05$). The oxygen consumption of male athletes on the treadmill (Xort:67.23±3.29 ml/min/kg) and bicycle ergometer (Xort:67.01±3.17 ml/min/kg) was found to be similar ($p > 0.05$). The oxygen consumption of female athletes on the treadmill (Xort:55.58±4.74 ml/min/kg) and bicycle ergometer (Xort:57.65±7.20 ml/min/kg) was found to be similar ($p > 0.05$). It was found that oxygen consumption and recovery percentages of treadmills and bicycle ergometers of men and women were different from each other ($p < 0.05$). As a Result; While male and female athletes have similar oxygen consumption and recovery percentages in both ergometers among themselves, male athletes were found to have higher oxygenic consumption values than female athletes in both ergometers and had faster recovery values in heart rate and lactate values.

SB21

FARKLI BRANŞLARDAKİ ATLETLERİN SÜRAT, REAKTİF ÇEVİKLİK VE ANAEROBİK GÜÇ VERİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Banu Kabak*, [1]Tuğba Kocahan, [1]Erkan Tortu, [1]Aydın Balcı, [1]Adnan Hasanoğlu**

[1]1Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Sporcu Sağlığı Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı

***Email :** Banu.KABAK@gsb.gov.tr, Tugba.KOCAHAN@gsb.gov.tr, Erkan.TORTU@gsb.gov.tr, Aydin.BALCİ@gsb.gov.tr, Adnan.HASANOGLU@gsb.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma farklı branşlardaki atletlerin sürat, reaktif çeviklik ve anaerobik güç, verilerinin karşılaştırılması amacı ile planlanmıştır. Yöntem: Çalışmaya 18 atlamalar 18 orta mesafe ve 16 sprint branşında sporcu katıldı. Sporcuların yaşları, boyları, vücut ağırlıkları ve spor yılları arasında fark yoktu. Sporculara testler öncesinde standart ısınma protokolü uygulandı. Sprint ve reaktif-çeviklik testleri aynı gün, anaerobik güç testi ise 48 saat ara ile farklı günlerde uygulandı. Reaktif çeviklik testleri kapalı alanda SpeedCourt ™ sisteminde (Globalspeed GmbH, Hemsbach, Almanya) yapıldı. Sprint testi microgate fotosel sistemi (Microgate İtaly) ile değerlendirildi. Monark Ergonometrik 894 bisiklet ergometresi kullanılarak Wingate anaerobik güç testi uygulandı. Verilerin analizi SPSS 25.00 programı kullanılarak yapıldı. Anlamlılık düzeyi için (P<0,05) kabul edildi.

Bulgular: Farklı branşlardaki sporcuların anaerobik güç, sprint ve reaktif-çeviklik değerlerinde farklılıklar görüldü. Anaerobik güç değerlerinde Sprint (Xort:15,61±1,79watt) ve Atlamalar (Xort:15,21±2,67 watt) branşındaki sporcuların benzer (p>0,05) ve orta mesafe sporcuların (Xort:13,78±3,51 watt) değerlerinden farklı olduğu görüldü (p<0,05). Sprint değerlerinde; Sprinterler (Xort:4,09±0,16sn), atlamalar (Xort:4,32±0,31sn) ve orta mesafe (Xort:4,43±0,19sn) sporcuların değerlerinde farklılıklar görüldü ve bu fark istatiksel olarak anlamlıydı(p<0,05). Reaktif-çeviklik değerlerinde; Sprinterler (Xort:25,61±2,24sn), atlamalar (Xort:27,29±2,24sn) ve orta mesafe (Xort:26,86±1,68sn) sporcuların değerlerinde farklılıklar görüldü ve bu fark istatiksel olarak anlamlı(p<0,05).

Sonuç: Çalışmanın bulguları doğrultusunda; sürat, anaerobik performans ve reaktif çeviklik parametrelerinde; atletlerin branşa özgü karakteristik özelliklerini yansıttığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik kapasite, Sürat, Reaktif-Çeviklik,

The Comparison Of Speed, Reactive Agility And Anaerobic Power Of Athletes In Different Branches

The aim of the study is the comparıson of speed, reactive agility and anaerobic power of athletes in different branches. Athletes in 18 jumps, 18 middle distance and 16 sprint branches participated in the study. There was no difference between the athletes' ages, heights, body weights and sports years Warm-up protocols were applied to the study group before all tests. Sprint and reactive-agility tests were performed on the same day. Anaerobic power test were done on different days with 48 hour intervals. Reactive agility tests were performed in the indoor SpeedCourt ™ system (Globalspeed GmbH, Hemsbach, Germany). Wingate anaerobic power test was applied by using bicycle ergometer with Monark Ergonometrik 894. Sprint test; microgate photocell system (Microgate Italy) was used. The analysis of the data was done using the SPSS 25.00 program. Accepted for the

significance value (p <0.05). There were differences in anaerobic power, sprint and reactive-agility values of athletes in different branches. Anaerobic power values of Sprinter (Xort: 15.61 ± 1.79watt) and Jumper (Xort: 15.21 ± 2.67 watts) are similar (p> 0.05) and middle distance athletes (Xort: 13.78 ± 3, 51 watts) values were different (p <0.05). In sprint values; There were differences in sprinters (Xort: 4.09 ± 0.16sec), jumpers (Xort: 4.32 ± 0.31sec) and middle distance (Xort: 4.43 ± 0.19sec) and this difference was statistically significant (p <0.05). In reactive-agility values; There were differences in sprinters (Xort: 25.61 ± 2.24sec), jumpers (Xort: 27.29 ± 2.24sec) and middle distance (Xort: 26.86 ± 1.68sec) and this difference was statistically significant (p <0.05). As a results, athletes: speed, anaerobic performance and reactive agility parameters; It is seen that the athletes reflect their branch-specific characteristics.

Keywords: Anaerobic Capacity, Sprint, Reactive-Agility,

SB31

ÇABUK KUVVET ANTRENMANLARININ DİKEY SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİ (BİR META-ANALİZ ÇALIŞMASI)

[1]İdris KAYANTAŞ

[1]Bingöl Üniversitesi/Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/Bingöl

Bu çalışmada; çabuk kuvvet antrenmanlarının dikey sıçrama performansı üzerine etkisini meta-analiz yöntemiyle ortaya koymak amaçlanmıştır. Yöntem: Çabuk kuvvet antrenmanlarının dikey sıçrama performansı üzerine etkisine Türkiye'de 2010-2020 yılları arasında yayımlamış lisansüstü tezlerden (yüksek lisans- doktora) tarama usulüyle deneysel yöntemlerle meta-analiz yöntemiyle bakılmıştır. Hangi çalışmaların bu araştırmaya dâhil edileceğine yönelik belli ölçütler kullanılmıştır. Bunlar lisansüstü tez olması, deney ve kontrol gruplarının olması, ön ve son test verilerine yer verilmiş olması, aritmetik ortalama ve standart sapması olan çalışmaların olmasıdır. Deneysel meta analizde Comprehensive Meta Analysis (CMA) programından faydalanılmıştır. Heterojenlik testine göre analizin rastgele etkiler modeli altında yapılması gerekmektedir. Sonuç: Yaptığımız bu çalışmanın meta analiz sonuçları Cohen, (1988) etki büyüklüğü sınıflaması ölçeğine göre dikey sıçrama performansının gelişiminde çabuk kuvvet antrenmanlarının küçük düzeyde etki büyüklüğüne sahip olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kuvvet, Antrenman, Çabuk Kuvvet, Meta-Analiz

Effect Of Quick Power Trainings On Vertical Jump Performance (A Meta-Analysis Study)

ABSTRACT: In this study; it was aimed to find out the effect of quick power trainings on vertical jump performance by using meta-analysis method. Method: The effect of quick power trainings on the vertical jump performance in Turkey between the years 2010-2020 was published from graduate theses (Master - PhD) were analyzed with the survey method with experimental methods of meta-analysis. Certain criteria have been used for which studies will be included in this study. These are graduate thesis, having experimental and control groups, pre and post test data, and studies with arithmetic mean and standard deviation. Comprehensive Meta Analysis (CMA) program was carried out in the experimental meta-analysis. According to the heterogeneity test, the analysis should be done under the random effects model. Result: The meta-analysis results of this study, Cohen, (1988) determined that quick power trainings have a small effect size in the development of vertical jump performance according to the effect size classification scale.

Key Words: Power, Training, Quick Power, Meta-Analysis

SB33

FUTBOLDA YETENEK PARADİGMASI VE GÖRECELİ YAŞ ETKİSİ

[1]Cemal Polat*, [2]Alparslan Ünveren
[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ESKİŞEHİR
[2]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,KÜTAHYA

Email : *cpolat@eskisehir.edu.tr, cpolat@eskisehir.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çocuk ve genç oyuncular için yıllık yaş sınıflamaları futbolda yaygın bir organizasyon stratejisidir ve bu yaklaşımın göreceli yaş etkisini (GYE) teşvik ettiği görülmektedir. Bu çalışma Göreceli Yaş Etkisinin (GYE) hem futbolda yıllık yetenek seçimi yanılsamaları hem de uzun dönem kazanım sınırlamaları konusunda farkındalık yaratmayı amaçlamaktadır. Yöntem Örneklem grubunu oluşturan 10 profesyonel futbol kulübünün U-14 takımında yer alan 191 futbolcunun kronolojik yaşları 4 aylık periyotlara ayrılarak yetenek seçimlerinde GYE etkisi ve müsabakalarda yer alan oyuncu tercihleri incelenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Bulgular U-14 takımına seçilen ve ilk 11'de yer alan oyuncuların %63'nün yılın ilk 1-4. ayında, %29'nun 5-8. ayında ve %8'nin ise 9-12. ayda doğdukları, müsabaka listesinde yer bulabilen yedek oyuncuların %46'sının ilk periyotta, %33'nün ikinci periyotta ve %21'nin son periyotta doğdukları görülmektedir ($p < .05$). Yüksek potansiyele sahip yetenekli oyuncu adaylarını erken yaşlarda keşfetmek ve futbola özgü eğitim sürecine yönlendirmek rekabetin en acımasız yaşandığı futbol dünyasında yaşamsal öneme sahiptir. Ancak seçmelerde çok yönlü ham değerler yerine anın sunduğu ve baskın özellik olarak öne çıkan göreceli yaş farkının tetikleyici unsur olduğu görülmektedir. Literatür yanılsamaya zemin hazırlayan ve pedagojik yaklaşımdan yoksun bu yaygın yaklaşımın profesyonelliğe giden yolda yeterli olamayacağını belirtmektedir. Özellikle seçicilerin kendini gerçekleştiren kehanet hakkında bilgilendirilmelerinin futboldan gelecek beklentisi olan çocuklarımıza daha güvenli ve huzurlu bir gelecek sunacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Yetenek, Göreceli Yaş

TALENT PARADIGM AND RELATİVE AGE EFFECT IN FOOTBALL

Introduction and Aim Annual age ratings for children and young players are a common organizational strategy in football and this approach seems to promote the relative age effect (RAE)This study aims to raise awereness of the Relative Age Effect (RAE) in terms of both the illusions of annual talent selection in football and long term gain limitations. Method The chronological ages of 191 players in U-14 teams of 10 professional football clubs that make up the sample group were divided into 4 month periods and the effect of RAE in talent selection and player preferences in the competations were exemine. Findings and Conclusion Findings show that 63% of the top 11 players selected fort the U-14 team are born in the first 1-4 months, 29% of born in 5-8 months and 8% of born in 9-12 months of the year.It is seen that 46% of the substitutes who can find a place in the competition list are born in the first period, 33% in the second period and 21% in the last period ($p<.05$). In the football world where the competition is the most brutal, it is of vital importance to discover talented player candidates with high potential at an early age and direct them to the training process specific to football.However, it is seen that the relative age difference, which is presented by the moment and stands out as the dominant feature, is the trigger factor instead of the versatile raw values. The literature states that this common approach, which sets the ground for illusion and lacks a pedagogical approach, will not be sufficient on the way to professionalism. It is thought that especially informing the selectors about the self-fulfilling prophecy will offer a safer and more peaceful future for our children who have an expectation from football.

Keywords: Football, Talent, Relative Age

SB45

HALTER VE ATLETİZM SPORCULARINDA KOR ENDURANSIN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tuğba Kocahan, [2]Aydın Balcı, [3]Bihter Akınoğlu, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]SESAM, Ankara
[2]Yenimahalle Eğitim Araştırma Hastanesi, Ankara
[3]AYBÜ, Ankara

Email : *tugba.kocahan@sgm.gov.tr, aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@yahoo.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Kor enduransı spor performansının geliştirilmesinde ve yaralanmalardan korunmada önemlidir. Kor endurans performansının antrenman yöntemlerine göre değişiklik gösterebileceği ve dolayısıyla spor branşları arasında bu parametreler açısından farklılıklar bulunabileceği bilinmektedir. Bu çalışma, halter sporcuları ile atletizm koşmalar ve atlamalar sporcularının kor enduransını ve endurans oranlarını karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır.

Yöntemler: Çalışmaya, aynı spor yılına sahip 34 halter sporcusu ile 57 atletizm koşmalar ve atlamalar sporcusu dahil edildi. Sporcuların kor enduransları; plank testi, lateral plank testi, statik gövde fleksiyon endurans testi, statik gövde ekstansiyon endurans testi ile değerlendirildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent Samples t test veya Wilcoxon signed ranks test kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Sonuçlar: Halter sporcularının plank testi, sağ-sol plank testi, statik gövde fleksiyon endurans testi, statik gövde ekstansiyon endurans testi sonucunda elde edilen kor enduransının, atletizm sporcularına göre daha az olduğu belirlendi ($p<0,05$). Her iki branşın sağ ve sol plank oranı benzer bulundu ($p>0,05$). Branşların gövde fleksiyon/ekstansiyon oranları arasında ise anlamlı fark bulundu ($p<0,05$).

Sonuç: Çalışmamız sonucunda atletizm sporcularının kor endurans değerlerinin halter sporcularına göre daha iyi olduğu görülmüştür. Halterde patlayıcı kuvvetin performansta belirleyici olması ve antrenmanların bu yönde yapılıyor olması atletizm sporcularına göre düşük kor enduransın nedeni olduğu düşünülmektedir. Kor enduransın spor yaralanmalarından korunmada önemli bir faktör olduğu göz önüne alındığında performansa direkt katkıda bulunmasa da halter sporcularının kor enduransının geliştirilmesi gerektiği fikrini ortaya çıkarmaktadır.

Comparison Of Core Endurance In Weightlifting And Track And Field Athletes

Introduction and Objective: Core endurance is important in improving sports performance and preventing injuries. It is known that core endurance performance may vary according to training methods and therefore there may be differences between sports branches in terms of these parameters. This study was carried out in order to compare the core endurance and endurance rates of weightlifting athletes and running and jumping athletes of track and field.

Methods: Thirty-four weightlifting athletes, and 57 running and jumping athletes of track and field were included in the study. Plank test, lateral plank test, static trunk flexion endurance test, and static trunk extension endurance

test were used to evaluate Athletes' core endurance. Independent Samples t-test or Wilcoxon signed ranks test was used according to the distribution status in comparing the parameters obtained from the athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: It was determined that the core endurance of weightlifting athletes was less than the track and field athletes' plank test, right-left plank test, static trunk flexion endurance test, static trunk extension endurance test ($p < 0.05$). The ratio of right and left plank of both branches was similar ($p > 0.05$). A significant difference was found between trunk flexion/extension ratios of branches ($p < 0.05$).

Conclusion: Considering the results of our study, it was seen that the core endurance values of athletics athletes were better than weightlifting athletes. The fact that the explosive strength determines the performance in weightlifting and the training being done in this direction is thought to be the cause of low core endurance compared to athletics athletes. Considering that core endurance is an important factor in preventing sports injuries, it raises the idea that the core endurance of weightlifting athletes should be improved, although it does not directly contribute to performance.

SB46

JUDO VE KÜREK SPORCULARINDA DENGE PERFORMANSININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tuğba Kocahan, [2]Aydın Balcı, [3]Bihter Akınoğlu, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]SESAM, Ankara
[2]Yenimahalle Eğitim Araştırma Hastanesi, Ankara
[3]AYBÜ, Ankara

Email : *tugba.kocahan@sgm.gov.tr, aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@yahoo.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Judo temaslı bir spor olup bu sporu yapan sporcularda çarpışma reaksiyonu sonucu denge ve postural reaksiyonlar etkilenebilmektedir. Kürek ise dışarıdan darbe almadan durgun suda yapılan bir spor olduğu için dengeyi bozacak etkenlerle karşılaşma ihtimali daha azdır. Temaslı sporların sürekli uyarı nedeniyle denge performanslarının diğer spor branşlarına göre daha iyi olacağı hipoteziyle, çalışmanın amacı judo ve kürek sporcularının denge performansının karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya spor yılı benzer olan 22 judo sporcusu (temas olan) ve 17 kürek sporcusu (temas olmayan) olmak üzere toplam 39 sporcu dahil edildi. Sporcuların statik denge ölçümleri HUR denge cihazı (HUR Oy, Kokkola, Finland) ile değerlendirildi. Statik denge ölçümü sert ve yumuşak zeminde, gözler açık ve gözler kapalı olarak Rhomberg pozisyonunda iki ayak üzerinde 30 sn süre protokolü ile değerlendirildi. Bu analiz sonucunda sporcularden elde edilen veriler kaydedildi. Sporcularden elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent Sample T test ya da Mann Whitney-U testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Judo sporcularının yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve vücut kütle indeksi değerinin kürek sporcularına göre daha az olduğu belirlendi ($p<0,05$). Judo ve kürek sporcularının sert ve yumuşak zeminde gözler açık ve gözler kapalı denge performanslarının ve ayağa ağırlık aktarma oranlarının benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$).

Sonuç: Temaslı sporların denge performansını daha çok geliştireceği fikrine rağmen, judo ve kürek sporcularının denge performansları arasında anlamlı farklılığın olmadığı görülmüştür. Bu sonucun kürek sporunda vücudun neredeyse tüm kaslarının koordineli çalışmasından ve bu çalışmanın denge performansını olumlu etkilemesinden kaynaklandığı düşünülmüştür.

Comparison Of Balance Performance In Judo And Rowing Athletes

Introduction and Objective: Judo is a contact sport; the balance and postural reactions can be affected as a result of collision reaction in the athletes who perform contact sports. Rowing is less likely to encounter factors that will disturb the balance, since it is a noncontact sport performed in flat water. With the hypothesis that contact sports will have better balance performance due to constant stimulation than other sports branches, the aim of the study is to compare balance performance of judo and rowing athletes.

Method: A total of 39 athletes, 22 judo athletes and 17 rowing athletes, were included in the study. Static balance measurements of the athletes were evaluated with the HUR balance device (HUR Oy, Kokkola, Finland). Static

balance measurement was evaluated on both legs in Rhomberg position on hard and soft surface with eyes open and eyes closed, with a 30-second time protocol. As a result of this analysis, the obtained data were recorded. Independent Sample T test or Mann Whitney-U test was used in comparison of parameters obtained from athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: Age, height, body weight and body mass index values of judo athletes were found to be lower than rowing athletes ($p < 0.05$). It was determined that judo and rowing athletes had similar balance performances with eyes open and eyes closed on hard and soft surface, and weight transfer rates to both feet ($p > 0.05$).

Conclusion: Despite the idea that contact sports will improve balance performance more, it has been observed that there is no significant difference between the balance performance of judo and rowing athletes. It is thought that this result is due to the coordinated work of almost all muscles of the body in rowing and the positive effect of this exercise on balance performance.

SB47

POST AKTİVASYON POTANSİYELİNİN FUTBOLCULARDA SÜRAT PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Volkan SERT, [2]Nurper ÖZBAR, [3]Ertuğrul GELEN

[1]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN
[2]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE
[3]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, SAKARYA

Email : *sertvolkan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Çalışmanın amacı, Post Aktivasyon Potansiyelinin (PAP) futbolcularda sürat performansına olan etkisini incelemekti. En az 5 yıllık futbol geçmişine sahip, yaş ortalaması 18,7±,86 yıl, boy ortalaması 175,8±5,9 cm, vücut ağırlığı ortalaması 65,7±7,2 kg, beden kitle indeks ortalaması 21,2±2,1 olan 22 erkek futbolcu çalışmaya gönüllü olarak katıldı.

Yöntem: Sporcuların, boy-kilo, beden kitle indeksi (BKİ), 1 Maksimum Tekrarları (1 MT) belirlendikten sonra oluşturulan ısınma protokolleri (kontrol, dinamik, 90° statik ve 130° statik açılarda) crosstab yöntemiyle uygulandı. Isınma protokollerinden sonra 10-20-30 m sprint testleri gerçekleştirildi. Her protokol arasında 48 saat dinlenme verildi. Kontrol protokolünde; ısınmadan sonra 3 dk dinlenme, Dinamik protokolünde; ısınma, 2 tekrar squat 1 MT %90, 3 dk dinlenme, Statik (90° açı) protokolünde; ısınma, 2 sn squat 1 MT %90, 3 dk dinlenme, Statik (130° açı) protokolünde; ısınma, 2 sn squat 1 MT %90, 3 dk dinlenme yapıldı. Tüm protokollerin ardından 1-3-5-7 ve 9. dakikalarda sürat (10-20-30 m) testi gerçekleştirildi. Testler sonucunda elde edilen veriler Shapiro Wilkes W-testi sonuçlarına göre, verilerin normal dağılıma sahip olduğu belirlendi. 4 farklı protokol olmasından dolayı Tekrarlı Ölçümler ANOVA testi, farkın hangi protokolden kaynaklandığını belirlemek için Bonferroni testi uygulandı ve anlamlılık düzeyi, p<0,05 olarak kabul edildi.

Bulgular: Tekrarlı Ölçümler ANOVA testi sonuçlarına göre 1-3-5 ve 7. dakikalarda yapılan ölçümlerin tamamında 10m, 20m, 30m sprint zamanında anlamlı bir farklılık (p<0,05) olduğu, Bonferroni testi sonuçlarına göre farkın da Dinamik PAP protokolünden kaynaklandığı bulundu. Dinamik PAP ile kontrol, 90o statik ve 130o statik PAP protokolleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık (p<0,05) olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Dinamik PAP ısınma protokolünün, kontrol, statik 90° ve statik 130° ısınma protokollerine göre PAP oluşumu açısından daha etken bir yöntem olduğu belirlenmiştir.

THE EFFECT OF POST ACTIVATION POTENTIAL ON PERFORMANCE IN SOCCER PLAYERS

Introduction and Aim: The aim of the study was to examine the effect of Post Activation Potential (PAP) on speed performance in football players. 22 male football players with at least 5 years football history, average age 18.7±,86 years, height average 175.8±5.9 cm, body weight average 65.7±7.2 kg, body mass index average 21.2±2.1 participated as volunteers to study.

Methods: Warm-up protocols (control, dynamic, 90° static and 130° static angles) were applied with crosstab method after determining height-weight, body mass index (BMI), 1 maximum repetitions (1 RM) of the athletes.

After warming protocols, 10-20-30 m sprint tests were performed. They were given 48 hours rest between each protocol. In the control protocol; 3 minutes of rest after warm-up, in the Dynamic protocol; warm-up, 2 repetitions, 1 RM 90%, 3 minutes rest, Static (90° angle) protocol; warm-up, 2 sec squat 1 RM 90%, 3 min rest, Static (130° angle) protocol; warm-up, 2 sec squat 1 RM 90%, 3 minutes rest were done. After all protocols, speed (10-20-30 m) test were performed in 1-3-5-7 and 9 minutes, respectively. According to the results of the Shapiro Wilkes W-test, the data was determined to have a normal distribution. Since there are 4 different protocols, Repeated Measurements ANOVA test was applied to determine which protocol the difference originated from and Bonferroni test was applied and the level of significance was accepted as $p<0,05$.

Results: According to the results of Repeated Measurements ANOVA test, there is a significant difference 10m, 20m, 30m sprint time in all measurements made at 1-3-5 and 7 minutes ($p <0.05$), according to Bonferroni test results, the difference was found to be due to the Dynamic PAP protocol. A statistically significant difference was found between dynamic PAP and control, 90° static and 130° static PAP protocols ($p<0,05$).

Conclusion: As a result; it has been determined that the dynamic PAP warming protocol is a more effective method in terms of PAP formation compared to the control, static 90° and static 130° warming protocols.

SB49

OTİZMLİ ÇOCUKLARDA UYGULANAN FARKLILIKLA ÖĞRENME EGZERSİZLERİNİN DENGE VE ÜST EKTSREMİTE KOORDİNASYONU ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Gürkan SERT, [3]Nurper ÖZBAR, [1]Volkan SERT

[1]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, VAN
[2]Otizm Park Spor Kulübü, İSTANBUL
[3]Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE

Giriş ve Amaç: Araştırma otizmli çocuklarda uygulanan farklılıkla öğrenme egzersizlerinin denge ve üst ektsremite koordinasyonu üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) olan 8-16 yaş aralığındaki çocukların ailelerinin bilgisi dahilin de gönüllülük esası ile katılımları sağlanmıştır.

Yöntem: Otizmli çocuklar çalışma grubu (n=12) ve kontrol grubu (n=12) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Çalışma grubuna 8 hafta boyunca, haftada 3 gün kendi eğitim programlarına ek olarak 1-1,5 saat farklılıkla öğrenme egzersizleri yaptırılmıştır. Kontrol grubuna ise kendi eğitim ve öğretim programı dışında herhangi bir ek egzersiz yaptırılmamıştır. 8 haftalık egzersiz programından önce ve 8 hafta sonuna Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlik Testi - İkinci Basım (BOT-2) kullanılmıştır. Çalışmamızdan elde edilen veriler SPSS paket programında analiz edilmiştir.

Bulgular: Yapılan normallik testi sonuçlarına göre verilerin normal dağılmadığı belirlenmiştir. Buna göre grup içi karşılaştırmalarda Wilcoxon Testi, gruplar arası karşılaştırmalarda ise Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Ön ve son test sonuçlarına göre çalışma grubunun denge testi ($p<0.002$) ve üst ekstremite koordinasyon testi'nde ($p<0.002$) anlamlı farklılığa rastlanırken, kontrol grubunun denge testi ($p>0.928$) ve üst ekstremite koordinasyon testi'nde ($p>0.118$) anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Sonuç: Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda yapılan farklılıkla öğrenme egzersizlerinin motor gelişim üzerinde olumlu etkileri olduğu sonucuna varılmıştır.

THE EFFECT OF DIFFERENTIAL LEARNING EXERCISES APLIED ON BALANCE AND UPPER EXTREMITY COORDINATION IN CHILDREN WITH AUTOYSIS

Introduction and Aim: The aim of this study was to investigate the effects of learning exercises with balance and upper extremity coordination on children with autism. Children between the ages of 8 and 16 with Autism Spectrum Disorder were informed about their families and their participation was made on a voluntary basis.

Methods: Children with autism were divided into two groups as experimental group (n=12) and control group (n=12). The study group received 1-1.5 hours of differential learning exercise in addition to their programs for 8 weeks, 3 days a week. The control group did not have any exercise other than its own education and training program. The Bruininks-Oseretsky Motor Competence Test - Second Edition (BOT-2) was used before and after the 8-week exercise program. The data obtained from our study were analyzed in SPSS package program.

Result: According to the normality test results, it was determined that the data were not distributed normally. Accordingly, Wilcoxon Test was used for intragroup comparisons and Mann Whitney U Test was used for intergroup comparisons. Significance level was accepted as $p < 0.05$. According to the pre-test and post-test results, significant differences were found in the balance test ($p < 0.002$) and upper extremity coordination test ($p < 0.002$) of the study group. 0.118).

Conclusion: As a result, it can be concluded that the difference training in children with autism spectrum disorder has positive results on motor development.

SB51

DİRENÇLİ PLİOMETRİK ANTRENMANIN BASKETBOLCULARDA DENGE PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Ömer PAMUK

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KARAMAN

Bu çalışmanın amacı 12 haftalık dirençli pliometrik antrenman programının, basketbolcularda denge performans parametresinin etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya yaş ortalamaları 15,8±0,8 yıl olan ve en az 4 yıldır düzenli basketbol antrenmanı yapan 35 erkek, gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, kontrol (K), pliometrik (P) ve dirençli pliometrik (DP) olarak üç grup oluşturulmuştur. On iki hafta süresince, gruplar haftada 5 gün, basketbol branşının gerektirdiği teknik-taktik, sürat ve çabukluk antrenmanlarına devam etmişlerdir. K grubu standart basketbol antrenmanı yaparken, P grubu haftada 3 gün pliometrik sıçrama, DP grubu ise "Vertimax©" cihazı kullanarak, haftada 3 gün dirençli pliometrik antrenman çalışması yapmıştır. Tüm sporcuların fiziksel özellikleri (yaş, spor yaşı, boy, kilo, uyluk uzunluğu) ile denge performans parametreleri, çalışmanın başlangıcında ve 12 haftanın sonunda ölçülmüştür. Antrenman öncesi dönemde, fiziksel özellikler bakımından gruplar arasında istatistiksel farklılık bulunmamıştır. On iki haftalık antrenman programının DP grubunda Yıldız Denge Testine (YDT) göre ilk ve son K grubunda sağ ayak anterior hariç, ilk-son tüm ölçümünlerde anlamlı farka rastlanmıştır, K grubunda sol ayak anterior, anteromedial, medial ve postoremedial ilk-son ölçümünde de istatistiksel olarak artış bulunmuştur. P gurup da (YDT) sol ayak posterior hariç, ilk-son tüm ölçümünler de anlamlı fark bulunmamıştır, sağ ayakta ise anterior hariç, tüm ölçümünlerde anlamlı artış gözlenmiştir. DP gurup da anteromedial hariç tüm (YDT) test basamaklarında artış bulunmuştur. (YDT) toplamda sekiz veri 3 grup çoklu karşılaştırmasında ise DP anterior sağ ayak, anterolateral sağ, anteromedial sağ, anteromedial sol, medial sol ve posteromedial diğer K ve P gruplara göre istatistiksel olarak artış görülmüştür. DP antrenmanlarının lokal olarak dengeye müspet etkisi görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: basketbol, adolesan, denge.

The Effect Of Resistant Pliometric Training To The Balance Performance On Basketball Players

The aim of this study is to look into the effect of the selective parameters of physical performance on basketball players of 12 week resistant plymetric training program. Thirty-five men (Age Mean: 15.8 ± 0.8) who have been practicing basketball for at least 4 years voluntarily participated in the study. In the study, three groups were formed as control (K), plyometric (P) and resistant plymetric (DP). The groups continued their technical-tactical, speed and quickness training required by basketball, 5 days a week during twelve weeks. While group K performed standard basketball training, group P performed pliometric jumps 3 days a week, and DP group performed resistant pliometric training 3 days a week by using the "Vertimax ©" device. Physical characteristics (age, sports age, height, weight, thigh length) and balance performance parameters of all athletes were measured at the beginning of the study and at the end of 12 weeks. There was no statistical difference among the groups in terms of physical characteristics in the pre-training period. According to the Balance Test (HST) in the DP group of the twelve-week training program, in the first and last K groups, there was a significant difference in all the first and last measurements except the right foot anterior, in the K group, a statistically significant increase was found in the left foot anterior, anteromedial, medial and postoremedial in the first and last measurements. There was no significant difference in the first and last measurements in P group (HST), except left foot posterior and a significant increase was observed in all measurements except the anterior in the right foot. There was no

significant difference in all first and last measurements, and a significant increase was observed in all measurements except anterior in the right foot.

SB54

DİRENÇ ANTRENMANLARINDA KULLANILAN ÜÇ FARKLI SETLEME YÖNTEMİNİN HİPERTROFİ VE MAKSİMAL KUVVET DEĞİŞİMLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN INCELENMESİ

[1]Barbaros DEMİRTAŞ, [2]Malik BEYLEROĞLU

[1]Bitlis Eren Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu/ Bitlis
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *bdemirtas@beu.edu.tr, mbeyler@subu.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı hipertrofi antrenmanları için kullanılan 3 farklı direnç antrenmanı yönteminin maksimal kuvvet ve kronik hipertrofi değişimleri üzerine etkisini incelenmektir. Çalışma Sakarya Üniversitesi ve Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesinde okuyan rekreasyon amaçlı spor yapan (n=31) erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar Modifiye Edilmiş Alman Hacim grubu (n=11), Süperset grubu (n=11), Dev (giant) set grubu (n=9) olarak 3 gruba ayrılmıştır. Tüm gruplara 6 hafta boyunca haftada 4 kez bölgesel (split) program uygulanmıştır. 6 haftalık programın öncesinde ve sonrasında katılımcıların 1TM kuvvet değerleri belirlenmiştir. Ultrason yöntemi ile kas kalınlığı ve kas kesit alanı değerleri tespit edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS.21 programı kullanılmıştır. Değişkenlerin ön test-son test değerlerinin gruplara göre karşılaştırılmasında 3*2 tekrarlı ölçümler Varyans Analizi (Repeated measures ANOVA) kullanılmıştır. Tüm grupların pectoralis majör, deltoid ve latissimus dorsi kas gruplarında kas kalınlığı ve kas kesit alanında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Gruplar arasında ise önemli bir fark tespit edilememiştir. ($p>0,05$). Grupların 1 TM Kuvvet değerlerini inceleğimiz bench press, barbell row, shoulder press ve biceps curl egzersizlerinin ölçüm değerlerine bakıldığında her grubta anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. ayrıca gruplar arasında anlamlı fark tespit edilememiştir. Sonuç olarak uygulanan 3 farklı direnç antrenmanının kas kuvveti, kas kalınlığı ve kas kesit alanını artırdığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: 1TM Kuvvet, Hipertrofi, Direnç Antrenmanı

The Effect Of Three Different Sets Methods Used In Resistance Training On Hypertrophy And Maximal Strenght Changes

The aim of this study is to investigate the effect of 3 different resistance training methods used for hypertrophy training on maximal strength and chronic hypertrophy changes. The study was carried out with (n=31) male participants who perform recreational sports (n = 31), studying at Sakarya University and Sakarya University of Applied Sciences. The participants were divided into 3 groups as Modified German Volume group (n=11), Superset group (n=11), Giant set group (n=9). Split programs were applied to all groups 4 times a week for 6 weeks. 1RM strength values of the participants were determined before and after the 6-week program. With ultrasound method, muscle thickness and muscle cross-sectional area values were determined. SPSS.21 program was used in the analysis of the data. 3*2 repeated measures Variance Analysis (Repeated measures ANOVA) was used to compare the pretest-posttest values of the variables by groups. There was a significant difference in pectoralis major, deltoid and latissimus dorsi muscle groups of all groups in muscle thickness and muscle cross-sectional area ($p <0.05$). However, no significant difference was found between the groups ($P>0.05$). Considering the measurement values of bench press, barbell row, shoulder press and biceps curl exercises that we examined the 1 RM Force values of the groups, significant differences were found in each group. Also, no significant difference was found between the groups. As a result, it was found that 3 different resistance trainings increased muscle strength, muscle thickness and muscle cross-sectional area.

Keywords: 1TM Strength, Hypertrophy, Resistance Training

SB61

SCAPULAR ASİMETRİSİ OLAN SPORCULARDA OMUZ EKLEMİ PRORİOSEPSİYON DUYUSUNUN İNCELENMESİ

[2]Bihter Akınoğlu, [1]Büşra Paköz, [1]Banu Kabak, [3]Aydın Balcı, [1]Tuğba Kocahan, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), ANKARA
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü
[3]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, ANKARA

Email : *rgkardelen@hotmail.com, fzt.busrapakoz@gmail.com, denizemre35@hotmail.com, aydinbalci1985@hotmail.com, kocahantu@gmail.com, ahasanoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Skapular asimetri kasların yanlış kasılma açılarına sebep olarak skapula ve omuz bölgesi eklem ve kasların biyomekaniğini etkileyebilmektedir. Bu çalışmanın amacı scapular asimetrisi olan sporcularda omuz eklemi abdüksiyon proprosepsiyon hissinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya tenis, eskrim, atıcılık, okçuluk, jimnastik ve badminton branşlarında sol taraf (non-dominant) skapular asimetrisi olan 19 sporcu dahil edildi. Sporcuların scapular asimetrisi lateral scapular slayt (LSST) testi ile mezura kullanarak ölçüldü. Sporcuların omuz eklemi propriosepsiyon duyusu dijital inklinometre ile, 60, 90 ve 120º abdüksiyon pozisyonunda aktif re-pozisyon testi ile değerlendirildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında Wilcoxon signed ranks test kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı. Bulgular: Sporcuların scapular asimetri olan taraf ile olmayan taraf omuz eklemi 90°, 120° abdüksiyon propriosepsiyon duyusunun benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$). Ancak scapular asimetri olan taraf omuz eklemi 60° abdüksiyon propriosepsiyon duyusu hatasının, scapular asimetri olmayan tarafa göre daha fazla olduğu belirlendi ($p<0,05$).

Tartışma: Propriosepsiyon duyusu ile yaralanmalar arasında ilişki vardır. Bu nedenle sporcularda scapular asimetrinin düzeltilmesi omuz yaralanmaları ihtimalini azaltabilir. Ancak scapular asimetrisinin düzeltilmesi sonucunda eklem propriosepsiyon hissini ve etkisini inceleyecek çalışmalara ihtiyaç olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Asimetri, Scapula, Spor

EXAMINATION OF SHOULDER JOINT PROPRIOCEPTION SENSE IN ATHLETES WITH SCAPULAR ASYMMETRY

Introduction and Aim: Scapular asymmetry can affect the biomechanics of joints and muscles of the scapula and shoulder region by causing incorrect contraction angles of the muscles. The aim of this study is to examine the sense of shoulder joint abduction proprioception in athletes with scapular asymmetry.

Method: Nineteen athletes with left-sided (non-dominant) scapular asymmetry in tennis, fencing, shooting, archery, gymnastics and badminton branches were included in the study. The scapular asymmetry of the athletes was measured with the lateral scapular slide (LSST) test using a tape measure. The shoulder joint proprioception sense of the athletes was evaluated with digital inclinometer at 60, 90 and 120º abduction positions with active re-

position test. Wilcoxon signed ranks test was used to compare parameters obtained from athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$. Results: It was determined that the shoulder joint 90 °, 120 ° abduction proprioception sense of the athletes were similar in side with and without scapular asymmetry ($p > 0.05$). However, the shoulder joint with scapular asymmetry was found to have a greater 60 ° abduction proprioception sense error than the side without scapular asymmetry ($p < 0.05$).

Discussion: There is a relationship between proprioception sense and injuries. Therefore, correction of scapular asymmetry in athletes can reduce the possibility of shoulder injuries. However, we think that studies are needed to examine joint proprioception sensation and its effect as a result of correction of scapular asymmetry.

Keywords: Asymmetry, Scapula, Sport

SB62

TAEKWONDO VE KARATE SPORCULARINDA DİZ EKLEMİ PROPRİOSEPSİYON DUYUSUNUN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tuğba Kocahan, [1]Büşra Paköz, [2]Aydın Balcı, [3]Bihter Akınoğlu, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), ANKARA
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, ANKARA
[3]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü

Email : *kocahantu@gmail.com, fzt.busrapakoz@gmail.com, aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@hotmail.com, ahasanoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Taekwondo ve karate benzerlikleri olan iki dövüş sporudur ancak puanlama sistemleri arasında farklar vardır. Taekwondoda puan almak için rakibin üzerindeki sensörlere şiddetle vurmak gerekirken, karatede puanlama vuruşun şiddeti değil tekniği ve rakibe mesafesine göre yapılır. Hatta karatede vuruş şiddetinin rakibi yaralayabilecek düzeyde yüksek olması cezalandırılmaktadır, bu nedenle karatede sporcuların hareketlerini daha kontrollü yapmaları gerekmektedir. Karate sporcularının eklem pozisyon duyularının daha iyi olacağı hipoteziyle, çalışmanın amacı Taekwondo sporcuları ile Karate sporcularının diz eklemi propriosepsiyon duyusunun karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 30 Taekwondo sporcusu ile 28 Karate sporcusu olmak üzere toplam 58 sporcu dahil edildi. Sporcuların diz eklemi propriosepsiyon duyusu dijital inklinometre kullanılarak, 90+15º ekstansiyon pozisyonunda aktif re-pozisyon testi ile oturma pozisyonunda değerlendirildi. Sporcular dan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent Samples t test veya Wilcoxon signed ranks test kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Çalışmaya dahil edilen Taekwondo sporcularının boy uzunluğu Karate sporcularına göre daha fazla olduğu belirlenirken; sporcuların vücut ağırlıklarının ve beden kütle indeksi değerlerinin istatistiksel olarak benzer olduğu belirlendi. Taekwondo ve Karate sporcularının sağ ve sol taraf diz eklemi propriosepsiyon duyularının birbirine benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışmamızın sonuçlarına bakıldığında, Taekwondo ve Karate sporlarının diz propriosepsiyon duyuları arasında fark olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlarla iki branş arasındaki teknik farklılıklarının diz propriosepsiyon duyusuna etkisinin olmayacağı fikri ortaya çıkmaktadır.

COMPARISON OF KNEE JOINT PROPRIOCEPTION SENSATION IN TAEKWONDO AND KARATE ATHLETES

Introduction and Objective: Taekwondo and karate are two combat sports with similarities, but there are differences between their scoring systems. While it is necessary to hit the sensors on the opponent strongly to get points in taekwondo, scoring in karate is based on the technique and distance to the opponent, not the intensity of the hit. In karate, athlete may be punished if the intensity of the hit is too high to injure the opponent, so in karate, the athletes have to make their movements more controlled. With the hypothesis that Karate athletes will have

better joint position sense, the aim of the study is to compare the knee joint proprioception sense of Taekwondo athletes and Karate athletes.

Method: A total of 58 athletes, 30 taekwondo athletes, and 28 karate athletes, were included in the study. The knee joint proprioception sense of the athletes was evaluated in the sitting position with the active re-position test in the 90 + 15º extension position using a digital inclinometer. Independent Samples t-test or Wilcoxon signed ranks test was used to compare the parameters. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: While it was determined that the taekwondo athletes included in the study were higher than the karate athletes; It was determined that the body weight and body mass index values of the athletes were statistically similar. It was determined that the proprioception senses of the right and left knee joints of taekwondo and karate athletes were similar ($p > 0.05$).

Conclusion: When the results of our study were examined, it was seen that there was no difference between the knee proprioception senses of taekwondo and karate sports. With these results, it arises that the technical differences between the two branches will not have any effect on the sense of knee proprioception.

SB63

BAŞÜSTÜ VE BAŞALTI SPOR YAPAN SPORCULARDA POSTÜR ANALİZİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Bihter Akınoğlu*, [2]Aydın Balcı, [3]Tuğba Kocahan, [3]Adnan Hasanoğlu**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü. ANKARA
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, ANKARA
[3]Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), ANKARA

***Email :** rgkardelen@yahoo.com, aydinbalci1985@hotmail.com, kocahantu@gmail.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Sporcularda sık tekrarlanan hareketler nedeniyle bazı postüral adaptasyonlar gelişebilmektedir. Bu çalışmanın amacı baş üstü ve başaltı spor yapan sporcularda postür analizinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya 14 baş üstü (halter) spor yapan sporcu ile 14 baş altı (curling) spor yapan sporcu dahil edildi. Sporcuların postür analizi DIERS formetik 4D postür sistemi ile yapıldı. Değerlendirme yapmak için sporcudan gövde çıplak ve Spina İliaca Posterior Süpeirorları görünecek şekilde başı hafif öne eğik, eller gövde yanında serbest olacak şekilde durması istendi ve postür analizi kaydedildi. Bu analiz sonucunda sporcularden elde edilen veriler kaydedildi. Sporcularden elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında Mann Whitney-U testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Sporcuların postür analizleri sonucunda, curling sporcularının boy uzunlukları ve gövde uzunluklarının halter sporcularına göre daha uzun olduğu ve curling sporcularında spina iliaca posterior superiorlar arasındaki mesafenin, lordoz açısının ve pelvik inklinasyon açısının daha az olduğu belirlendi ($p<0,05$).

Sonuç: Baş üstü spor yapmak lordoz açısının artmasına ve pelvik inklinasyon açısının artmasına neden olabilir. Ancak bu durum sporcuların baş üstü ağırlık taşımalarından da kaynaklanabilir. Çalışmamızda halter sporcularının boy ve gövde uzunluklarının daha kısa ve sacrumun daha geniş olması durumu sporcuların ağırlık taşıması ile ilgili olabileceğini düşünmekteyiz. Çalışmamızda baş üstü spor yapmanın lordozu arttırdığı, ancak baş altı spor yamanın kifozu arttırmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Biyomekani, Postür, Spor

COMPARISON OF POSTURE ANALYSIS OF OVERHEAD AND NON-OVERHEAD SPORTS ATHLETES

Introduction and purpose: Some postural adaptations may develop due to frequently repeated movements in athletes. The aim of this study is to compare the posture analysis of athletes who do sports overhead and non-overhead. Method: 14 athletes doing overhead sport (weightlifting) and 14 athletes doing non-overhead sport (curling) were included in the study. Posture analysis of the athletes was evaluated using the DIERS formetic 4D posture analyzing system. To make the evaluation, the athlete was asked to stand with his head bent slightly forward, hands free on the side of the body, with the torso naked and Spina Iliaca Posterior Superores visible,

and posture analysis was recorded. As a result of this analysis, the data obtained from the athletes were recorded. Mann Whitney-U test was used to compare parameters obtained from athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$. Results: As a result of the posture analysis of the athletes, it was determined that the height and body length of the curling athletes were longer than the weightlifting athletes, and the distance between the spina iliaca posterior superiors, the lordosis angle and the pelvic inclination angle were less in curling athletes ($p < 0.05$).

Conclusion: Exercising overhead may increase the lordosis angle and increase the pelvic inclination angle. However, this situation may also be caused by athletes carrying weight overhead. In our study, we think that the fact that the height and body length of weightlifting athletes are shorter and the sacrum is wider may be related to the weight-bearing of the athletes. In our study, it can be said that doing sports overhead increased lordosis, however it can be said that doing sports non-overhead does not increase kyphosis.

Keywords: Biomechanics, Posture, Sport

SB64

STATİK VE DİNAMİK SPOR YAPAN SPORCULARDA STATİK VE DİNAMİK DENGENİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Bihter Akınoğlu*, [2]Aydın Balcı, [3]Tuğba Kocahan, [3]Adnan Hasanoğlu**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, ANKARA
[3]Sporcu Eğitimi Sağlık Ve Araştırma Merkezi (SESAM), ANKARA

***Email :** rgkardelen@yahoo.com, aydinbalci1985@hotmail.com, kocahantu@gmail.com, adnan.hasanoglu@sgm.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Denge dış etkilere karşı vücudun verdiği reaksiyonlar ile şekillenebilir. Denge, sporcularda performansı etkileyen parametreler arasındadır. Bu çalışmanın amacı direk darbe teması olmayan ve statik spor olan okçuluk ile direk darbe teması olmayan ve dinamik bir spor olan eskrim sporcularında statik ve dinamik dengenin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 20 okçuluk ve 17 eskrim sporcusu dahil edildi. Sporcuların statik ve dinamik denge ölçümleri HUR denge cihazı (HUR Oy, Kokkola, Finland) ile değerlendirildi. Statik denge ölçümü sert ve yumuşak zeminde, gözler açık ve gözler kapalı olarak Rhomberg pozisyonunda değerlendirildi. Dinamik denge ölçümü sert zeminde her iki ayak yerde olacak şekilde cihaz tabanında belirtilen Rhomberg pozisyonuda ön, arka, sağ ve sol olmak üzere dört tarafa doğru, sekiz sn boyunca uzanması istenerek uzanabildiği mesafe kaydedildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında Independent samples t testi kullanıldı. Bulgular: Okçuluk sporcularının sert zeminde gözler açık ve gözler kapalı denge performanslarının daha iyi olduğu belirlendi ($p<0,05$). Yumuşak zeminde ise gözler açık ve gözler kapalı denge performansları arasında fark olmadığı belirlendi ($p>0,05$). Hem sert zemin hem de yumuşak zeminde okçuluk sporcularının her iki ayağa benzer ağırlık aktardıkları, eskrim sporcularının ise dominant taraf bacağa daha fazla ağırlık aktardığı belirlendi ($p<0,05$). Sporcuların dinamik denge değerlendirmesi sonucunda okçuluk sporcularının arkaya ve sola doğru daha iyi uzanabildikleri ($p<0,05$), eskrim sporcularının öne doğru daha iyi uzanabildikleri ($p<0,05$), ancak sağa doğru uzanmanın okçuluk ve eskrim sporcularında benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$).

Sonuç: Okçuluk doğası gereği statik bir spor dalıdır ve atış sırasında gövde pelvis üzerinde arkaya doğru yerleştirilerek sabitlenmeye çalışılır. Bununla birlikte eskrim sporunda da öne doğru hücum durumu söz konusudur. Çalışmamızda elde ettiğimiz sonuçların okçuluk ve eskrim sporcularının sıklıkla yaptıkları hareketlerle, ilişkili olduğunu düşünmekteyiz.

COMPARISON OF STATIC AND DYNAMIC BALANCE IN ATHLETES DOING STATIC AND DYNAMIC SPORTS

Introduction and Aim: Balance can be shaped by the body's reactions against external influences. Balance is among the parameters that affect performance in athletes. The aim of this study is to compare the static and dynamic balance of archery, which is a static sport with no direct impact contact, and fencing athletes, which is a dynamic sport that does not have direct impact contact.

Method: Twenty archery and 17 fencing athletes were included in the study. Static and dynamic balance measurements of the athletes were evaluated with the HUR balance device (HUR Oy, Kokkola, Finland). Static balance measurement was evaluated in the Rhomberg position on hard and soft ground with eyes open and eyes closed. Dynamic balance measurement was recorded on a hard ground, with both feet on the ground, in the Rhomberg position indicated on the base of the device, in four directions as front, back, right and left, for eight seconds, the distance it could reach was recorded. Independemnt samples t test was used to compare the parameters obtained from the athletes.

Results: It was determined that archery athletes had better balance performances with eyes open and eyes closed on hard ground ($p<0.05$). On soft ground, it was found that there was no difference between eyes open and closed balance performances ($p>0.05$). It was determined that archery athletes transferred similar weight to both feet, while fencing athletes transferred more weight to the dominant side leg ($p<0.05$). As a result of the dynamic balance evaluation of the athletes, it was determined that archery athletes could reach back and left better ($p<0.05$), fencing athletes could reach forward better ($p<0.05$), but reaching to the right was similar in archery and fencing athletes ($p>0.05$). Conclusion:Archery is a static sport in nature and it is tried to be fixed by placing the trunk on the pelvis backwards during shooting. However, there is also a forward attack in fencing. We think that the results we obtained in our study are related to the movements frequently performed by archery and fencing athletes.

SB67

SPORCULARDA CORE ENDURANS İLE STATİK VE DİNAMİK DENGE BECERİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Bihter Akınoğlu*, [2]Mukaddes Aras, [2]Aydın Balcı, [2]Tuğba Kocahan, [2]Adnan Hasanoğlu**

[1]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA
[2]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, ANKARA

***Email :** rgkardelen@yahoo.com, mukaddeshelvaci89@gmail.com, aydinbalci1985@hotmail.com, kocahantu@gmail.com, ahasanoglu@gmail.com*

Giriş ve amaç: Core kasları spor performansı ve yaralanmalardan korunmada önemli rol oynar. Bunun yanında denge performansınında spor performansına etkisi olduğu bilinmektedir. Çalışmanın amacı core kaslarının statik enduransı ile statik ve dinamik denge becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntemler: Çalışmaya kendi alanında lisanslı sporcu olan ve milli takım üyesi olan su topu (n=13), eskrim (n=8) ve yüzme (n=28) olmak üzere toplam 49 sporcu dahil edildi. Sporcuların core kaslarının enduransı Mc-Gill kor endurans testleri ile, statik ve dinamik denge becerileri Huber-360 cihazı ile değerlendirildi. Elde edilen parametreler arasındaki ilişki Pearson veya Spearman Korelasyon testi ile değerlendirildi.

Bulgular: Gövde fleksiyon testi ile çift ayak statik denge testinin gözler açık alan değeri arasında orta derecede negatif yönde ilişkili bulunurken (r=-0,427, p=0,002); sol köprü endurans testi ile gözler açık alan değeri ve sol ayak statik denge testinin alan değeri ile negatif yönde zayıf ilişkili olduğu belirlendi (r=-0,306/ -0,347, p<0.05). Sporcuların core kaslarının enduransı ile dinamik denge becerileri arasında herhangi bir ilişki olmadığı belirlendi (p>0,05).

Sonuç: Çalışmanın core kaslarından ön ve sol lateral grup kasların statik enduransı arttıkça statik denge becerisinin de arttığı belirlendi. Bununla birlikte arka ve sağ grup kasların statik enduransı ile statik denge becerisi arasında ve, tüm core kaslarının statik enduransı ile dinamik denge becerisi arasında ilişki olmadığı belirlendi. Sporcularda core kaslarının statik enduransının arttırılması statik dengeyi olumlu etkileyebilir.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN CORE ENDURANCE AND STATIC AND DYNAMIC BALANCE ABILITY IN ATHLETES

Introduction and aim: Core muscles play an important role in sports performance and preventing from injury. Also, it is known that balance performance has an effect on sports performance. The aim of the study is to investigate the relationship between static endurance of core muscles and static and dynamic balance ability.

Methods: A total of 49 athletes, including water polo (n = 13), fencing (n = 8) and swimming (n = 28), who are licensed athletes in their field and who are members of the national team, were included in the study. The endurance of the athletes' core muscles was evaluated with Mc-Gill core endurance tests, and their static and dynamic balance skills were evaluated with the Huber-360 device. The relationship between the obtained parameters was evaluated using the Pearson or Spearman Correlation test.

Results: While there was a moderately negative correlation between trunk flexion test and double-foot static balance test's eyes open area value ($r = -0.427$, $p = 0.002$); It was determined that the left bridge endurance test and the eyes open test and the left foot static balance test' area value were negatively correlated ($r = -0.306$ / -0.347, $p < 0.05$). It was determined that there was no relationship between the core muscles endurance and the dynamic balance skills ($p > 0.05$).

Conclusion: As a result, it was determined that as the static endurance of the anterior and left lateral group muscles of the core muscles increased, the static balance ability also increased. However, it was determined that there was no relationship between the static endurance of the posterior and right group muscles and the static balance ability, and between the static endurance of all core muscles and dynamic balance ability. Increasing the static endurance of core muscles in athletes can positively affect the static balance.

SB71

DAHA HIZLI FUTBOL DAHA HIZLI HAKEM

[1]Mehmet Cem Satman

[1]MEB, Ankara

Eskiye göre çok daha hızlı oynanan futbol, geçmiştekiyle kıyas edilemeyecek bir noktaya ulaşmıştır. 1960'lı yıllardaki koşu mesafeleriyle 2000 sonrası arasında farklılıklar çok üst boyuttadır. Son 15 yılda ise toplam koşu mesafelerinde daha da yükselen bir grafik yerine koşu çeşitlerinin oranlarında değişimler gerçekleşmiş, toplam koşu mesafelerinde %2'lik bir düşüş tespit edilmesine rağmen, yüksek şiddetli koşu mesafelerinde %30 düzeyinde, yüksek şiddetli koşu aksiyonlarında %50 seviyesinde, sprint sayılarında ise %35'e varan bir atış görülmüştür. Yani futbol sahasının ölçüleri aynı kalmış, ancak aksiyonlar çok daha fazla ve hızlı hale dönüşmüştür. Oyuncuların fiziksel yapılarındaki bu inanılmaz değişim futbol oyununun hızına ve bu durumda hakem yönetimlerine yansımıştır. Hakemlerin futbolun artan fiziksel gerekliliklerine uyum sağlamalarının önemine bağlı olarak, bu eksikliğin tespiti ve giderilmesine dair pek çok farklı ülkede araştırmalar yapılmıştır. Brezilyalı hakemlerin vücut yağ yüzdelerinin yüksekliği ile aerobik ve anaerobik kapasitelerinin yetersizliğinden, İsviçreli futbol hakemlerinin kariyerleri boyunca en az bir kere sakatlık yaşamalarına, İtalyan hakemlerin sprint ve yüksek şiddetli koşu oranlarının, tamamen takımların teknik/taktik stratejilerine ve fiziksel düzeylerine göre oluşmasından, İspanyol hakemlerin boş sezon döneminde sürat ve hızlanma derecelerindeki düşüşün tespitine, Japon hakemlere yüksek şiddetli koşular ve sprintte devamlılık için laktat testi uygulamasından, İrlandalı hakemlerin yaşadıkları sakatlıkların 23/28 oranında aşırı kullanıma bağlı olmasına kadar dünyanın her yerinde onlarca araştırma yürütülmüştür. Elit seviyedeki futbol hakemlerinin, müsabaka içerisindeki aksiyon değişikliklerinin, tutarlı biçimde oyuncular ile paralel olarak değişim gösterdiği ispat edilmesiyle hakemlerin maç aktivite profilleri, oyuncuların performansları üzerinden değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir Oyunun bu kadar hızlanması ile beraber hakemin ihtiyaç duyduğu niteliklerin bir orta saha futbolcusuna yaklaştığı, pozisyonlara uzak kalması halinde hata oranının arttığı ve müsabakanın ilk yarısında yüksek şiddetli koşuların çok olması halinde, hakemin ikinci yarıda buna bağlı yorgunluk ve performans kaybı yaşadığı tespit edilmiştir. Yani futbol hakemliği artık fiziksel ve zihinsel hazırlık anlamında çok daha fazla özellik talep eder bir hale gelmiştir.Eski alışkanlıklarla yeni futbolu yönetmek artık mümkün değildir.

Faster Football Faster Referee

Football is played much faster than before and it has reached a point that cannot be compared with the past. The differences between running distances in the 1960s and after 2000 are very high. In the last 15 years, there have been changes in the ratios of running types instead of a higher graph in total running distances, although a 2% decrease in total running distances was detected, 30% in high intensity running distances, 50% in high intensity running actions, and sprints. there was a throw of up to 35%. In other words, the dimensions of the football field remained the same, but the actions became much more and faster. This incredible change in the physical structure of the players has been reflected in the speed of the football game and in this case the referee management. Due to the importance of referees' adaptation to the increasing physical requirements of football, research has been carried out in many different countries to identify and remedy this deficiency. Brazilian referees 'high body fat percentages and inadequate aerobic and anaerobic capacities, Swiss football referees suffered injuries at least once in their career, Italian referees' sprinting and high violent running rates are based entirely on the technical / tactical strategies and physical levels of the Spanish referees. Dozens of studies have been conducted all over the world, from determining the decline in speed and acceleration during the period, from applying lactate testing to Japanese referees for high-intensity runs and continuity in sprinting, to the 23/28 overuse of injuries experienced by Irish referees. It was stated that elite football referees should be evaluated on

the match activity profiles of the referees and the performances of the players by proving that the action changes within the match consistently change in parallel with the players. With the acceleration of the game, it was determined that the qualifications required by the referee approached to a midfield player, the error rate increased if he was away from the positions, and if there were high-intensity runs in the first half of the match, the referee experienced fatigue and loss of performance in the second half. In other words, football refereeing has become much more demanding in terms of physical and mental preparation. It is no longer possible to manage new football with old habits.

SB76

FİZİKSEL STRES ALTINDA TABANCA ATIŞ SKORLARI ILE FİZİKSEL PERFORMANS VERİLERİ ARASINDAKİ ILİŞKİNİN ANALİZİ

***[1]Mustafa KARATAŞ*, [2]Murat KALDIRIMCI**

[1]Amasya Üniversitesi, AMASYA
[2]Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

***Email :** mustafa.karatas@amasya.edu.tr, murat.kaldirimci@atauni.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Polislerin mesleki performansları kamu yararı için hayati öneme sahiptir. Çatışma ortamları gibi yüksek stres barındıran görevlerde, polisin fiziksel stres altında atış performansının, hangi fiziksel performans verileri tarafından etkilendiği belirsizliğini korumaktadır. Bu çalışmanın amacı bu noktadan hareketle fiziksel stres baskısı altında tabanca atış skorları ile seçilmiş fiziksel performans verileri arasındaki ilişkiyi analiz etmektir.

Yöntem: Çalışmaya, 76 erkek polis adayı (yaş: 21.3±1.3 yıl; boy: 178±5.5 cm; vücut ağırlığı: 76.2±9.8 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Fiziksel stres altında atış ortamının kurgulanması için şiddetli egzersiz ile tabanca atışı kombine edilmiştir. Açık atış poligonunda hazırlanan Fiziksel Stres Atış parkurunda katılımcılar, 30 kg ağırlığındaki çuval ile 3 adet git-gel koşusu ardından 3 sn'de 3 atış, 10 tekrarlı kombine egzersiz ardından 3 sn'de 3 atış ve 20 adet şınav sonrasında 3 sn'de 3 atışı ile tamamlamışlardır. Parkur sonunda tabanca atış skorları kayıt altına alınmıştır. Polisin fiziksel stres altında atış performansına etki ettiği düşünülen fiziksel performans verileri, Çok Aşamalı Mekik Koşusu Testi, Dikey Sıçrama Testi, El Kavrama Testi, 1 Tekrarlı Maksimum (TM) ve 1 dakika Bench Press Testi, Barfikste Asılı Kalma Testi, Denge Testi ve Çeviklik Testi ile ölçülmüştür. Elde edilen verilerin analizi SPSS 23.0 paket programında Adım Adım Çoklu Regresyon tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir

Bulgular ve Sonuç: Araştırma bulguları, atış skoru 21.59±10.62, VO2max 48.85±3.19, Anaerobik Güç 108.03±12.40 watt, Kombine El Pençe Kuvveti 93.41±11.72, 1TM Bench Press (relatif kuvvet) 0.77±0.12, 1DK Bench Press 44.83±5.976, Barfiks Asılı Kalma Testi 45.36±16.02 sn, Denge 14.61±10.62 sn ve Çeviklik Koşusu Testi 17.4226±0.71241 sn olarak tespit edilmiştir. Anlamlı korelasyonlar atış skorları ile kombine el pençe kuvveti ($p<0.01$), anaerobik güç ($p<0.01$) ve denge ($p<0.05$) arasında bulunurken, sadece kombine el pençe kuvvetinin ($r=0.39$) fiziksel stres altında atış skorlarını %39 oranında tahmin edebildiği, diğer değişkenlerin anlamlı bir tahmin denklemi sunmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Atıcılık, Fiziksel Stres, Fiziksel Performans, Polis

Analysis Of The Relationship Between Pistol Shooting Scores And Physical Performance Data Under Physical Stress

Introduction and Purpose: The professional performance of the police is vital to the public benefit. It remains unclear which physical performance data affects the shooting performance of the police under physical stress, in tasks involving high stress such as conflict environments. The aim of this study is to determine the relationship between pistol shooting scores and selected physical performance data under physical stress pressure.

Method: 76 male police candidates (age: 21.3 ± 1.3 years; height: 178 ± 5.5 cm; body weight: 76.2 ± 9.8 kg) voluntarily participated in the study. Pistol shooting is combined with vigorous exercise to construct the shooting

environment under physical stress. Participants in Physical Stress Shooting trails, prepared at the outdoor shooting range, going 3 with sacks of 30 kg-came running after 3 seconds in 3 shots, 3 shots in 3 seconds, then 10 repetitions combined exercises and 20 after the push-3s in 3 completed with the shot. Gun shooting scores were recorded at the end of the course. The physical performance data, which is thought to have an effect on the shooting performance of the police under physical stress, were measured with the Multi-Stage Shuttle Run Test, Vertical Jump Test, Hand Grip Test, 1 Repetition Maximum (RM) and 1-minute Bench Press Test, Hanging Down Test, Balance Test and Agility Test. The analysis of the obtained data was carried out using the Step-by-Step Multiple Regression technique in the SPSS 23.0 package program.

Results and Conclusion: Research findings, shooting score 21.59 ± 10.62, VO2max 48.85 ± 3.19, Anaerobic Power 108.03 ± 12.40 watts, Combined Handgrip Strength 93.41 ± 11.72, 1RM Bench Press (relative strength) 0.77 ± 0.12, 1min Bench Press 44.83 ± 5.976 Flexed- Arm Hang Test 45.36 ± 16.02 sec, Balance 14.61 ± 10.62 sec and Agility Run Test as 17.4226 ± 0.71241 sec. Significant correlations were found between throwing scores and combined hand-claw strength ($p < 0.01$), anaerobic power ($p < 0.01$), and balance ($p < 0.05$), while only combined handgrip strength ($r = 0.39$) showed throwing scores under physical stress by 39%. It was observed that other variables did not present a meaningful prediction equation.

Keywords: Shooting, Physical Stress, Physical Performance, Police

SB79

GENÇ ERKEK VOLEYBOLCULARDA STATİK VE DİNAMİK GERME EGZERSİZLERİNİN BLOK SIÇRAMA PERFORMANSI ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

[1]Çağrı CEYHAN, [2]Kaan SUSAM, [3]Erbil HARBİLİ

[1]T.C. Ziraat Bankası Spor Kulübü, Ankara, Türkiye
[2]Ankara Büyükşehir Belediyesi Batıkent Çocuk Kulübü, Ankara, Türkiye
[3]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya, Türkiye

Email : *cagriceyhan@hotmail.com, kaansusam@hotmail.com, eharbili@selcuk.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı genç erkek voleybolcularda statik ve dinamik germe egzersizlerinin blok sıçrama performansı üzerine akut etkisini incelemekti.

Yöntem: Çalışmaya 13 erkek voleybolcu (yaşı: 17.92±1.32 yıl, boyu: 194.76±8.65 cm ve vücut ağırlığı: 86.30±14.00 kg) gönüllü olarak katıldı. Voleybolculara 48 saat arayla üç farklı ısınma protokolü uygulandı. İlk protokolde 15 dakikalık ısınmaya ek olarak 15 dakika statik germe, ikinci protokolde 15 dakikalık ısınmaya ek olarak 15 dakika dinamik germe ve üçüncü protokolde sadece 15 dakikalık ısınma yaptırıldı. Germe egzersizleri 25 sn dinlenme aralıklarıyla 25 sn uygulandı. Her ısınmadan sonra blok sıçramaları Vertec Jump (Powermax, USA) kullanılarak ölçüldü. Shapiro-Wilk testi ile verinin normal dağılımı test edildi. Normal dağılım gösteren verinin karşılaştırmasında tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi (ANOVA), ikili karşılaştırmalarda ise Bonferroni düzeltmesi kullanıldı.

Bulgular: Statik germe egzersizleri sonrası blok sıçrama yüksekliği 311.38±9.64 cm, dinamik germe egzersizleri sonrası blok sıçrama yüksekliği 315.76±11.15 cm ve germe egzersizi olmaksızın yapılan blok sıçrama yüksekliği 311.30±9.30 cm olarak bulundu. Varyans analizi sonucuna göre blok sıçrama yükseklikleri arasında anlamlı bir fark bulundu ($F(2,24) = 13.47$, $p<0.01$, $\eta p2 = 0.529$, istatistiksel gücü = 0.995). İkili karşılaştırmalarda, dinamik germe egzersizleri sonrası yapılan blok sıçrama yüksekliğinin hem statik germe egzersizleri sonrası yapılan blok sıçrama yüksekliğinden hem de germe egzersizi olmaksızın yapılan blok sıçrama yüksekliğinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuçta genç erkek voleybolcularda dinamik germe egzersizlerinin statik germe egzersizlerine göre blok sıçrama performansı üzerinde daha etkili olduğu gözlendi.

THE ACUTE EFFECT OF STATIC AND DYNAMIC STRETCHING EXERCISES ON BLOCK JUMP PERFORMANCE IN YOUNG MALE VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and Aim: The purpose of the study was to examine the acute effect of static and dynamic stretching exercises on block jump performance of young male volleyball players. Methods: Thirteen male volleyball players (age: 17.92±1.32 years, height: 194.76±8.65 cm, and body mass: 86.30±14.00 kg) voluntarily participated in the study. Three different warm up protocols were applied to volleyball players with forty-eight hours intervals. In first warm up protocol, a 15 minutes warm up with 15 minutes static stretching, in the second warm up protocol, a 15 minutes warm up with 15 minutes dynamic stretching, and in the third protocol, only a 15 minutes warm up without any stretching exercises were performed. Stretching exercises were applied for 25 seconds with 25 seconds intervals. Block jump heights of voleyball players after every warm up were measured using by Vertec

jump (Powermax, USA) Normality of data was tested using Shapiro-Wilk test. A repeated measures analysis of variance (ANOVA) was used for comparison of normally distrubuted data, and Bonferroni correction were used for pair-wise comparison.

Results: It was found that block jump heights performed after static and dynamic stretching exercises, and without any stretching exercises were 311.38±9.64 cm, 315.76±11.15 cm, and 311.30±9.30 cm, respectively. According to result of ANOVA, a significant difference was found among block jump heights ($F(2,24) = 13.47$, $p<0.01$, $\eta p2 = 0.529$, observed power = 0.995). When pair-wise was compared, it was revealed that block jump height performed after dynamic stretching exercises was significantly higher both than block jump height performed after static stretching exercises and than block jump height performed without any stretching exercises ($p<0.05$).

Conclusion: It was found out that dynamic stretching exercises was more effective than static stretching exercises on the block jump performance in young male volleyball players.

SB94

VESTEL VENÜS SULTANLAR LİGİ MÜSABAKALARININ ZORLUK DERECELERİNİN ANALİZ EDİLMESİ

[1]Hasan AKA

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Niğde

Bu çalışma Vestel Venüs Sultanlar Liginde oynanan müsabakaların zorluk derecelerinin analiz edilmesi amacı ile yapılmıştır. Çalışmada Vestel Venüs Sultanlar Ligi, 2016/2017 sezonunda 12 takımın sezon boyunca oynadığı 132 lig maçının istatistiksel verileri kullanılmıştır. Müsabakaların zorluk derecesinin analizi, Uluslararası Voleybol Federasyonun belirlediği ölçütler göz önüne alınarak hesaplanmıştır. Çalışmada yapılan analizlere göre Vestel Venüs Sultanlar Liginde oynanan maçların; % 46 düşük, % 39 orta, % 13 yüksek ve yalnızca % 2 süper tansiyon düzeyinde olduğu belirlenmiştir. 2016/2017 sezonunda oynanan maçlarda zorluk derecesi düşük seviyede en fazla maç yapan takımın ligde ilk sırada olan takım olduğu bulunmuştur. Süper zorluk derecesindeki maçların tamamını ise lig sıralamasında 7 – 11 arasında yer alan takımların oynadığı tespit edilmiştir. Üst düzey voleybolda müsabakaların zorluk derecelerinin belirlenmesi antrenörlerin haftalık antrenman planlarına ve müsabaka taktiklerine yön vereceği düşünülmektedir. Ayrıca voleybolda maçların zorluk derecelerinin bilinmesi, antrenörlere sezon içerisinde takıma pik yaptıracağı haftaların da belirlenmesine yardımcı olabilir.

Analysis Of Difficulty Level Of Vestel Venus Sultans League Competitions

This study was conducted to analyze the difficulty levels of the competitions played in the Vestel Venus Sultans League. In the study, the statistical data of 132 league matches played by 12 teams in the Vestel Venus Sultans League during the 2016/2017 season were used. The analysis of the difficulty level of the competitions has been calculated by taking into account the criteria set by the International Volleyball Federation. According to the analysis of the study, the matches played in the Vestel Venus Sultans League; 46% low, 39% moderate, 13% high and only 2% super tension level. It was found that the team that played the most matches at a low level of difficulty in the matches played in the 2016/2017 season was the first team in the league. It has been determined that all the games with super difficulty are played by the teams between 7 and 11 in the league rankings. It is thought that determining the difficulty levels of competitions in senior volleyball will guide the weekly training plans and competition tactics of the trainers. In addition, knowing the difficulty levels of the matches in volleyball can help the coaches to determine the weeks that the team will peak during the season.

SB100

FUTBOLCULARDA Q AÇISININ ÇEVİKLİK VE ŞUT HIZINA ETKİSİ VAR MIDIR?

[1]Coşkun YILMAZ, [2]Özgür BOSTANCI, [2]Ali Kerim YILMAZ, [3]Selmani ABİŞ

[1]Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Aydın Doğan Meslek Yüksekokulu
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Gümüşhane Üniversitesi BESYO

Email : *coskun.yilmaz@gumushane.edu.tr, bostanci@omu.edu.tr, alkrm_ylmz@omu.edu.tr, selmani.abis@gumushane.edu.tr*

Çalışmaya Atakum Belediyespor U-19 futbol takımında aktif spor hayatına devam eden gönüllü, futbolcular katılmıştır. Vücut kompozisyon parametrelerini belirlemek için Gaia 359 Plus BodyPass analizörü kullanılmıştır Çalışmada Topa Vuruş Bacak Tercihinin Belirlenmesinde Elias ve ark. (1998) tarafından geliştirilen Yenilenmiş Waterloo Ayak Tercihi Anketi, Q açısının belirlenmesinde baseline manuel ganyometre, çevikliği 505 çeviklik testi ile, şut hızlarını da Strand ve Wilson (1993) şut yetenek bataryası kalesine göre 6 mt, penaltı(11,5 mt) ve ceza sahasında (16,5 mt) kaleye çekilen ayaküstü şutları kale arkasında Stalker Solo 2 Sports Radar Gun marka tabanca radar aleti isabetli şutlar ölçülüp kaydedilmiştir. Tüm verilerin analizi için SPSS 21,0 paket programı kullanılmıştır. Çalışmada one-way anova, independent-sample t testi ve Pearson korelasyon ve normallik sınaması için Shapiro-Wilk testi analizleri yapılmıştır. Çalışmaya katılan katılımcıların mevkilerine göre çeviklik değerlerinde forvetlerin daha çevik olmalarına rağmen anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Şut hızlarında ise 6 mt, penaltı (11,5mt) ve ceza sahası (16,5 mt) forvet oyuncularının daha hızlı şut atmalarına rağmen mevkilere göre anlamlı farklılık hesaplanmamıştır (p>0,05). Sonuç olarak futbolcularda mevkiinin Q açısına, Q açısının da 6mt, penaltı (11,5 mt), ceza sahası çizgisinde (16,5 mt) ayaküstü vuruş tekniği ile yapılan şutun hızına etkisi bulunmamıştır.

Anahtar kelimeler: Futbol, şut hızı, Q açısı

DOES THE Q ANGLE HAVE AN EFFECT ON AGILITY AND SHOT SPEED IN FOOTBALL PLAYERS?

Volunteers and footballers who continue their active sports life in Atakum Belediyespor U-19 football team participated in the study. Gaia 359 Plus BodyPass analyzer was used to determine body composition parameters. In Determining The Preference of Kicking Legs in the Study, Elias et al. The Revised Waterloo Foot Preference Questionnaire developed by (1998) used, Baseline manual goniometer to determine the angle Q, agility with the 505 agility test, shot speeds according to Strand and Wilson's (1993) shooting skill goal, 6 meters, penalty (11.5 meters), and in the penalty area (16.5 meters) shots were taken to the goal behind the goal, Stalker Solo 2 Sports Radar Gun brand pistol radar device hit shots were measured and recorded. SPSS 21.0 package program was used for the analysis of all data. One- way ANOVA, independent-sample t-test, and Shapiro-Wilk test for Pearson correlation and normality tests were performed in the study. Although the strikers were more agile in agility values according to the positions of the participants in the study, no significant difference was found (p> 0.05). On the other hand, although 6 meters of shot speed, penalty area (11.5 meters) and penalty area (16.5 meters) strikers shoot faster, no significant difference was calculated according to the positions (p> 0.05). As a result, there was no effect on the Q angle of the players' position, the Q angle on the 6mt, the penalty (11.5m), the speed of the shot made with the foot shot technique on the penalty area line (16.5m). Keywords: Football, shot speed, Q angle

SB107

OKÇULUĞA YENİ BAŞLAYAN SPORCULARIN FONKSİYONEL TESTLERİNİN HEDEF PUANI ILE ILİŞKİLERİNİN INCELENMESİ

[2]İpek Eroğlu Kolayiş, [1]Pervin Arol, [2]Mustafa Yalçınkaya, [2]Serdar Çeliker

[1]Adapazarı Mesleki Teknik Anadolu Lisesi, Sakarya
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : *ikolayis@subu.edu.tr, pervinsonmez@hotmail.com, mustafa.yalcinkaya1@ogr.sakarya.edu.tr, serdar.celiker@icloud.com*

Giriş ve Amaç: Okçuluk, bilinen bir hareketin otomatik olarak tekrarlanmasıyla karakterize edilen 'kapalı beceri' sporu olup, üst vücut kaslarının kuvvet ve dayanıklılığını gerektiren yüksek stabilite seviyelerine sahip temassız bir branştır. Bu çalışmanın amacı okçuluk sporuna yeni başlayan erkek sporcuların hedef puanlarının, gövde stabilitesi ve fonksiyonel hareket analizi testleriyle arasındaki ilişkiyi gözlemlemektir.

Yöntem: Araştırmanın amacına yönelik olarak çalışmaya okçuluk sporuna yeni başlamış (6 ay) 18 sporcu (boy:176,32±4,86,yaş:20,72±1,66,ağırlık:73,29±11,33) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma grubunun boy uzunluklarını belirlemek için taşınabilir stadiometre Seca-213, alt ve üst ekstremitelere yönelik dinamik denge değerlerini belirlemek için Y-Denge Testi, alt ekstremite statik denge değerlerini belirlemek amacıyla Stork Balance Test ve Gövde Stabilitesi Testleri (Plank Test, Trunk Lateral Endurance Test, Flexor Endurance Test, Extensor Endurance Test) uygulanmıştır. Fiziksel uygunluk ve yaralanma riski değerlerini belirlemek amacıyla da fonksiyonel hareket kapasitesinin belirleyicilerinden Fonksiyonel Hareket Analizi (FHA) testleri uygulanmış; sporcuların yapılan il şampiyonası sonuçlarından da 'hedef puanları' alınarak değerlendirmeye dahil edilmiştir.

Bulgular: Okçuluğa yeni başlayan sporcularda gövde stabilitesi testlerinden lateral köprü (r sağ:0.38;r sol:0,33) testi ile yarışma puanı arasında zayıf bir ilişki olduğu, FMS değerleri ile yarışma puanı arasında da (r:0,32) zayıf ilişki olduğu gözlenmiştir. Y-Denge testi ile puan arasında Kompozit skorlara göre anlamlı bir ilişki gözlenememiştir.

Sonuç:Elde edilen bulgular okçuluğa yeni başlayan sporcularda gövde stabilitesinin ve fonksiyonel hareketliliğin performans açısından kısmen etkili olabileceğini göstermektedir.Sonuç olarak okçuluğa yeni başlayan sporcularda gövde stabilitesi ve fiziksel yeterlilikler arttıkça hedef puanının da arttığı gözlenmektedir.

Anahtar kelimeler: okçuluk, fonksiyonel hareket, gövde stabilitesi, dinamik denge

Investigation Of The Relationship Of Functional Tests Of Archery Beginners With Shooting Target Score

Introduction and Aim: The archery is a typically closed skill sport.It is a "closed skill" sport characterized by repetition, as precise as possible, of a movement already known automated.It is a non-contact branch with high levels of stability requireing strength and endurance of upper body muscles.The aim of this study is to observe the relationship between the target scores of male athletes who are new to archery sports with the body stability and functional motion analysis tests. Method: According to the purpose of this research,18 athletes (height:176,32±4,86, age:20,72±1,66,weight:73,29±11,33) who are new to archery sports (6 months) have

voluntarily participated.To determine the length of the working group Portable stadiometer Seca-213, to determine the dynamic balance values for the lower and upper extremities Y-Balance Test, Stork Balance Test and Body Stability Tests (Plank Test,Trunk Lateral Endurance Test,Flexor Endurance Test, Extensor Endurance Test) has been applied.In order to determine physical fitness and injury risk values, Functional Movement Screen (FMS) tests, one of the determinants of functional movement capacity, were applied; target scores were obtained from the results of the provincial championships of athletes.Findings-Results:It was observed, there was a weak correlation between the competition score and lateral bridge test (r right:0.38; r left:0.33), which is one of the trunk stability tests, and there is a weak relation between the FMS values and competition score of (r:0.32) athletes who are new to archery sports.There wasn't any significant correlation between Y-Balance test and target score when compared to Composite scores.The findings show that trunk stability and functional mobility may be partially effective in terms of performance in athletes who are new to archery.As a result, it is observed, as the trunk stability and physical competencies increase, the target score increases in the athletes who are new to archery.

Keywords:archery,functional movement,trunk stability,dynamic balance

SB109

BİR TEKRAR MAKSİMUM KUVVET TAHMİNİNDE KULLANILAN MY LİFT MOBİL APLİKASYONUNUN CONVENTİONAL DEADLİFT VE BARBELL BACK SQUAT EGZERSİZLERİ İÇİN GEÇERLİLİK VE GÜVENİLİRLİĞİ

***[1]Onat Çetin*, [2]Özkan Işık**

[1]Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YALOVA
[2]Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BALIKESİR

***Email :** onat.cetin@yalova.edu.tr, ozkanisik86@hotmail.com*

Giriş ve amaç: Akıllı telefon teknolojileri, fiziksel aktivite araştırmalarında hızla gelişen bir araştırma alanı olarak görülmektedir. Bununla birlikte, performans ölçümünde geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış akıllı telefon uygulamalarının kullanılması önemlidir. Bu çalışma, conventional deadlift and barbell back squat egzersizlerinde 1-TM tahmininde kullanılan My Lift mobil uygulamasının geçerliliğini ve güvenilirliğini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Çalışmaya 10 genç erkek halterci (yaş 17.50 ± 1.27 yıl, vücut ağırlığı 79.9 ± 8.7 kg, boy 179.8 ± 5.8 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Haltercilerin conventional deadlift ve barbell back squat egzersizleri için My Lift uygulaması ölçümleri uygulamanın yönergesi doğrultusunda 1-TM testi sırasında maksimum altı yüklerle (% 75-85 1-TM) eş zamanlı olarak elde edildi. My Lift uygulamasından ve gerçek 1-TM'den elde edilen sonuçlar Bland-Altman grafikleri ile karşılaştırıldı. Bulgular: My Lift uygulamasından elde edilen tahmin edilen sonuçlar ile gerçek 1-TM testinden elde edilen sonuçlar arasında anlamlı bir fark yoktu (p> 0,05) ve iki farklı ölçüm yöntemi arasındaki belirleme katsayısı oldukça yüksek bulundu (Conventional deadlift: R2 = 0.99; Barbell back squat: R2 = 0.99).

Sonuç: 1-TM kuvvet düzeyinin tahmininde kullanılan My Lift mobil aplikasyonu conventional deadlift and barbell back squat egzersisleri için 1-TM testi ile kıyaslandığında geçerli ve güvenilir bir araçtır. My Lift uygulaması, sporcular ve antrenörler tarafından maksimal altı yükler kullanarak 1-TM'yi belirlemek için pratik ve geçerli bir ölçüm aracı olarak kullanılabilir.

Validity And Reliability Of The My Lift Mobile App Used For Estimation Of One Repetition Maximum Strength On The Conventional Deadlift And Barbell Back Squat Exercises

Introduction and Purpose: Smartphone technologies are seen as a rapidly developing field in physical activity researches. However, it is important to use smartphone applications that have proven validity and reliability in performance measurement. This study aimed to determine the validity and reliability of the My Lift mobile app used for the determining estimated 1-RM for conventional deadlift and barbell back squat exercises.

Method: 10 young male weightlifters (age 17.50 ± 1.27 years, body mass 79.9 ± 8.7 kg, height 179.8 ± 5.8 cm) voluntarily participated in the study. The data of the My Lift application for the conventional deadlift and barbell back squat exercises of the weightlifters were obtained simultaneously with the sub-maximum loads (75-85% 1-RM) during the 1-RM test by following the instructions of the application. Results obtained from My Lift application and real 1-RM test were compared with Bland-Altman plots.

Results: There was no significant difference between the estimated results obtained from My Lift app and the results obtained from the actual 1-RM test ($p > 0.05$), and coefficient of determination between two different measurement methods was found to be quite high (Conventional deadlift: $R2 = 0.99$; Barbell back squat: $R2 = 0.99$). Conclusion: My Lift app used to determine estimated 1-RM is a very valid and reliable tool compared to the actual 1-RM test. The My Lift app can be used by athletes and coaches as a practical and valid measurement tool for determining 1-RM using sub-maximal loads.

SB110

KÜREKÇİLERDE 2000M ERGOMETRE VE GERÇEK SU PERFORMANSLARININ İÇ VE DIŞ YÜKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Onat Çetin, [2]Özkan Işık

[1]Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YALOVA
[2]Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BALIKESİR

Email : *onat.cetin@yalova.edu.tr, ozkanisik86@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Kürek sporu rüzgar, yağmur ve soğuk gibi iklimsel faktörlerden etkilenen bir spor branşıdır. Bu nedenle kürek sporcularının antrenmanlarını sürdürebilmeleri için kapalı alanlarda kullanılan alternatif ve simulatif ekipmanlar önemlidir. Bu ekipmanların en önemlilerinden bir tanesi de kürek ergometresidir. Bu bağlamda, bu araştırmanın amacı kürekçilerde 2000 m mesafe için ergometre ile yapılan antrenmanın iç ve dış yüklerinin gerçek su antrenman yükleri ile karşılaştırmaktır.

Yöntem: 12 genç erkek kürek sporcusu (yaş 18.8 ± 1.5 yıl, vücut ağırlığı 74.4 ± 6.7 kg, boy 180.4 ± 5.8 cm) 48 saat ara ile iki farklı ölçüm gününde sırasıyla ergometre ve suda 2000 m müsabaka performansı gösterdiler. Her iki ölçüm gününde sporcuların bitirme dereceleri (sn), kan laktat birikimleri (mmoL), algılanan zorluk dereceleri (sAZD), maksimum kalp atım sayısının yüzdesi (%KAHmaks) ve ortalama kalp atım sayıları (KAH/dk) kaydedildi. Elde edilen verilerin normallik sınaması Shapiro-Wilks testi ile test edildi. Normal dağılım göstermeyen verilerin karşılaştırılmasında Wilcoxon Signed Rank testi kullanıldı.

Bulgular: Kürekçilerin 2000 m ergometre ve gerçek su performansları karşılaştırıldığında, bitirme süresi ($\chi2$= -3.059; p=.002), laktat birikim miktarı ($\chi2$= -3.077; p=.002), algılanan zorluk derecesi ($\chi2$= -3.059; p=.002), maksimum kalp atım yüzdesi ($\chi2$= -3.061; p=.002) ve ortalama kalp atım hızı ($\chi2$=-3.084; p=.002) değişkenleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sonuç: 2000 m gerçek su performansının kürek ergometresi performansına oranla daha yüksek iç ve dış yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç, antrenör ve sporcuların kürek ergometresindeki simule antrenmanlarda gerçek su performansına eşdeğer yüklere göre düzenleme yapmaları gerektiğini göstermektedir.

Comparison Of Internal And External Loads Of 2000m Ergometer And Actual Water Performances In Rowers

Introduction and Purpose: Since rowing is a sports branch that is affected by climatic factors such as wind, rain, and cold. For this reason, alternative and simulative equipment used in indoor areas gain importance in the training of rowing athletes. One of the most important of this equipment is the rowing ergometer. In this context, the purpose of this research was to compare the internal and external loads of the 2000 m ergometer training and real water training loads in rowers.

Method: 12 young male rowing athletes (age 18.8 ± 1.5 yıl, body mass 74.4 ± 6.7 kg, height 180.4 ± 5.8 cm performed a competition performance of 2000 m in ergometer and water, respectively, on two different measurement days, 48 hours apart. On both measurement days, the athletes' finishing times (sec), blood lactate accumulation (mmoL), rating of perceived exertion (sRPE), percentage of maximum heart rate (% HRmax), and

mean heart rate (bpm) were recorded. The normality of the data obtained was tested with the Shapiro-Wilks test. Wilcoxon Signed-Rank test was used to compare data that did not show normal distribution.

Results: Comparing the 2000 m ergometer and real water performances of rowers, the finishing time ($\chi 2$ = -3.059; p = .002) lactate accumulation level ($\chi 2$ = -3.077; p = .002), rating of perceived exertion ($\chi 2$ = -3.059; p =. 002), the percentage of maximum heart rate ($\chi 2$= -3.061; p = .002) and the mean heart rate ($\chi 2$ = -3.084; p = .002) were found to be statistically significant. Conclusion: It was seen that 2000 m actual water performance has higher internal and external load values compared to the rowing ergometer performance. This result indicates that coaches and athletes need to adjust for simulated training on the rowing ergometer according to loads equivalent to real water performance.

SB115

FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİNİN TÜRKİYE SÜPER LİGİNDEKİ MÜSABAKA SONUÇLARINA ETKİSİ

[2]Kemal KURAK, [3]Hakan BÜYÜKÇELEBİ, [3]Mahmut AÇAK, [1]Cengizhan SARI

[1]Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[3]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MALATYA

Email : *kemalkurak@hotmail.com, hakan.buyukcelebi@inonu.edu.tr, m.acak@hotmail.com, cengizhansarii7@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Futbol, kısa sprintler, hızla ivmelenme veya yavaşlama, dönüş, zıplama, şut atma ve mücadele ile karakterize edilen bir spordur. Elit futbol ise tüm bu parametrelerin ortaya konduğu karmaşık bir spordur ve performans çıktıları fiziksel uygunluk, psikolojik faktörler, oyuncu tekniği, taktiksel diziliş gibi bir dizi faktöre bağlıdır. Söz konusu parametrelerin uygulanma farklılık müsabaka sonucunu etkileyebilmektedir. Bu nedenle çalışmanın amacı; Türkiye Süper Liginde mücadele eden takımların oynadığı müsabakalarda maçın sonucunu etkileyen fiziksel performans parametrelerini belirlemektir.

Metot: Çalışmada, 2018/2019 sezonunda Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden 18 takımın oynadığı 612 maç analiz edilmiştir. Çalışmada kullanılan veri seti 45 (1 yanıt ve 44 belirleyici) değişkenden oluşmaktadır. Yanıt değişkeni, müsabakanın sonucu olarak belirlenmiştir (kazanma veya kaybetme). Çalışmadaki fiziksel performans verileri Sentio Sports Analytics Yazılımından elde edilmiştir. Veri madenciliği aşamasından önce sarmalayıcı bir özellik seçme yöntemi olan Boruta algoritması kullanılmıştır. Veri madenciliği aşamasında ise C5.0 algoritması kullanılmıştır. Verilerin hesaplanma sürecinde R istatistik yazılımı ve IBM SPSS Modeler kullanılmıştır.

Sonuçlar: Çalışma sonucunda Türkiye Süper Ligi'nde oynanan müsabakalarda 45 değişkenden 23'ünün müsabaka sonucu üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu önemli etki, oyuncuların topla temas halinde olduğu pozisyonlara, yüksek şiddetli koşulara, sprint ve mevki farklılıklarına göre değişmektedir.

Tartışma: Bu çalışmada Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden takımların fiziksel performans verilerinin müsabaka sonucuna olan etkisi incelenmiştir. Bu çalışmada ortaya çıkan sonuçlarla antrenörler ve spor bilimciler önemli fiziksel performans parametrelerine ulaşabilirler. Bununla birlikte, antrenörler bu fiziksel performans verilerine göre antrenman programlarını ve taktiksel stratejilerini düzenleyebilir veya geliştirebilirler.

THE EFFECT OF PHYSICAL PERFORMANCE PARAMETERS ON COMPETITION RESULTS IN TURKISH SUPER LEAGUE

Introduction: Soccer is a sport characterized by short sprints, rapid acceleration or deceleration, turning, jumping, kicking, and tackling. Elite soccer is a complex sport, and performance depends on a number of factors, such as physical fitness, psychological factors, player technique, and team tactics. In this context, the aim of this study the teams that competed in the Turkish Super League to determine which physical performance parameters that influence the result of the match.

Method: The study based on 612 matches played by 18 teams competing in 2018/2019 season Turkish Super League. The dataset used in the study consisted of 610 observations and 45 (1 of response and 44 of predictors) variables. The response variable in the study was the result of the competition (win or loss). Physical performance data were retrieved from Sentio Sports Analytics Software. Before the data mining step, a wrapper feature selection method, Boruta algorithm, was used. In the data mining stage, the C5.0 algorithm, a decision tree model developed by Ross Quinlan, was used. R statistical software and IBM SPSS Modeler were used for the calculations.

Results: As a result of this study, it was determined that 23 variables had an important effect on the result of the match. This important effect varies according to the positions in which the ball is involved, high-intensity running, sprint and positions.

Discussion: In this study, the effect of the results of physical performance data in Turkey Super League competitions were investigated. With the results revealed in this study, coaches and sports scientists can reach important physical performance parameters. Besides, coaches can organize or develop their training program and tactical strategies according to this pyhsical performance data.

SB116

TÜRKİYE SÜPER LİGİ'NDE MAÇ SONUCUNU ETKİLEYEN OYUN İÇİ DEĞİŞKENLERİN ANALİZİ

[2]Kemal KURAK, [3]Mahmut AÇAK, [3]Hakan BÜYÜKÇELEBİ, [1]Cengizhan SARI

[1]Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[3]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MALATYA

Email : *kemalkurak@hotmail.com, m.acak@hotmail.com, hakan.buyukcelebi@inonu.edu.tr, cengizhansarii7@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Futbol; fiziksel yeterlilikler ile birlikte teknik-taktiksel plana ihtiyaç duyulan bir spor dalıdır. Bu ihtiyaçlar doğrultusunda antrenörler, oyuncularını maçın sonucuna etki edebileceğini düşündükleri parametreler için hazırlarlar. Maçın sonucuna etki eden teknik parametreler; şut sayısı, topla oynama yüzdesi, toplam pas, köşe vuruşu, ofsayt ve maçın oynandığı saha olarak ele alınabilir ve çoğaltılabilir. Son yıllardaki araştırmalar ise maçı sonucunu etkileyen değişkenler ve bu değişkenlerin kazanan ile kaybeden takımlar arasında nasıl farklılık gösterdiğini belirlemek üzerine gerçekleşmektedir. Bu çalışmanın amacı ise 2018-2019 sezonunda Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden takımların oyun içi değişkenlerini analiz ederek müsabaka sonucuna etki eden değişkenleri tespit etmektir.

Metot: Bu çalışmada, 2018-2019 sezonunda Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden 18 futbol takımının 612 müsabakası analiz edilmiştir. Oyundaki tekniksel parametre verileri, fctables.com adlı siteden elde edilmiştir. Modelleme aşamasından önce, optimal değişkenlerin aday alt grubunu seçmek için Boruta algoritması ile özellik seçimi yapılmıştır. Değişkenlerin ilişki modellemesi için Multinomial Logistic Regression (MLR) kullanılmıştır. Modellerin uyumu, Likelihood Ratio testleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Tahmini R-Square, Nagelkerke istatistik yöntemi kullanılarak hesaplanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi Likelihood Ratio testi ile değerlendirilmiştir.

Sonuçlar : Çalışma sonucunda Türkiye Süper Ligi'nde oynanan müsabakalarda ele alınan 10 değişkenden altısının müsabaka sonucunu etkilediği belirlenmiştir. Müsabakayı mağlubiyetle tamamlayan takımlara göre, sahadan galibiyet ve beraberlikle ayrılan takımların atılan gol, toplam şut ve topla buluşma sayılarında anlamlı fark tespit edilmiştir. Ayrıca, topa sahip olma ve isabetli pas yüzdesi ile saha değişkeni de müsabaka sonucu etkileyen değişkenlerdir.

Tartışma: Bu çalışmada Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden takımların oyun içi değişkenlerinin müsabaka sonucuna olan etkisi incelenmiştir. Bu sonuçlar, antrenörlerin oyun içerisinde stratejik hamle yapmalarına ve odaklanmaları gereken yönleri belirlemelerine yardımcı olabilir. Ayrıca antrenörler antrenman modellemelerini çalışmadaki verilere göre dizayn edebilirler.

ANALYSIS OF IN-GAME VARIABLES AFFECTING THE COMPETITION RESULTS IN TURKISH SUPER LEAGUE

Introduction: Football is a branch of sport that requires a technical-tactical plan together with physical competencies. Coaches prepare their players for the parameters they think can influence the results of the match.

Technical parameters affecting the results of the match, total shots, percent of ball possession, total pass, corner kick, offside and the venue. In recent years, research has been carried out on the variables that affect the results of the match and how these variables differ between the winning and losing teams. The aim of this study is to analyze the in-game variables of the teams competing in the Turkish Super League in the 2018-2019 season and to determine the variables that affect the results of the match.

Method: The study based on 612 matches played by 18 teams competing in 2018/2019 season Turkish Super League. Match statistics were retrieved from website of fctables.com. Prior to modelling stage, feature selection was implemented to choose optimal subgroup of candidate variables with Boruta algorithm. After the feature selection, Multinomial Logistic Regression (MLR) was used to explain the relationship between dependent and independent variables. Fitting of the models was evaluated using Likelihood Ratio tests. Pseudo R- Square was calculated as Nagelkerke statistic. The statistical significance of each variables was assessed by Likelihood Ratio test.

Results: As a results of the study, it was determined that six of the 10 variables considered in the competitions played in the Tuekish Super League affected the results of the match. A significant difference was found in the number of goals, total shots and ball possession of the teams that left the match with a winning and drawing, compared to the teams that finished with a losing. In addition, percentage of ball possession, percentage of successful passes and the venue variable are also affect the results of the match.

Discussion: In this study, the effect of in-game variables of the teams competing in the Turkish Super League on the results of the match was examined. These results can help coaches to make strategic moves within the game and identify directions they should focus on. Additionally, coaches can design their training modeling according to the data in this study.

SB121

FARKLI LİGLERDEKİ FUTBOL KULÜPLERİNİN ALT YAPILARINDA MÜCADELE EDEN FUTBOLCULARIN ANTROPOMETRİK VE FİZYOLOJİK ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Hakan Bayraktar*, [2]Hakan Bayraktar, [2]Çağlar Bozkurt, [2]Tolga Şahin, [2]Metin Yaman, [2]Esra Kürkçü Akgönül**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi İZMİR

***Email :** hakan.bayraktar@ogr.deu.edu.tr, hakan.bayraktar@ogr.deu.edu.tr, caglar.bozkurt@deu.edu.tr, esra.kurkcuakgonul@deu.edu.tr, tolga.sahin@deu.edu.tr, metin.yaman@deu.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, farklı liglerdeki futbol kulüplerinin alt yapılarında mücadele eden futbolcuların antropometrik ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılmasını araştırmaktır.

Materyal ve Metod: Araştırmanın örneklemi Türkiye Süper Liginde bulunan Göztepe Spor Kulübü altyapısında U12 kategorisinde mücadele eden 15 futbolcu ile Türkiye 3. Liginde bulunan Karşıyaka Spor Kulübü alt yapısında U12 yaş kategorisinde mücadele eden 15 futbolcu oluşturmaktadır. Katılımcıların antropometrik ölçümleri, denge performansları, sürat değerleri, anaerobik güçlerini, aerobik dayanıklılık performansları ve maksimum oksijen tüketim değerlerini ölçülmüştür. İstatistiksel analiz için IBM SPSS 20.0 (USA) veri analiz programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik olarak ortalama ve standart sapma değerlendirmeye alınmıştır. Kolmogorov Smirnov yöntemi kullanılarak verilerin normal dağılım gösterip göstermediği ve Levene testiyle homojenliği test edilmiştir. Verilerinin normal dağılım gösterdiği ve varyanslarının homojen olduğu tespit edilmiştir. Parametrik testlerden Indipendent Samples T Test kullanılmıştır. Flamingo denge testi verilerinin varyansları homojen olmadığı tespit edilmiştir. Denge verileri için non parametrik testlerden Mann-Whitney U Test kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Katılımcıların boy, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, beden kütle indeksi ortalamaları arasındaki fark istatistik açıdan anlamlı bulunmamıştır. Futbolcuların VO2max, 20m sürat, dikey sıçrama performansları arasındaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($P>0,05$). Sadece Göztepe Spor kulubü altyapısında oynayan futbolcuların lehine olmak üzere denge performanslarının arasındaki fark istatiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($P<0,05$).

Sonuç: Bu çalışmada farklı lig kategorilerindeki futbol kulüplerinin altyapılarında U12 yaş kategorisinde futbol oynayan 32 futbolcunun VO2max, 20 m sürat, dikey sıçrama ve denge performansları incelenmiştir. VO2max, 20 m sürat, dikey sıçrama performanslarının arasında istatiksel olarak anlamlı bir fark bulunamazken denge performansları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Denge, performans, futbol

COMPARISON OF ANTROPOMETRIC AND PHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF FOOTBALL PLAYERS FIGHTING IN SUBSTRUCTURES OF FOOTBALL CLUBS IN DIFFERENT LEAGUES

Objective: The aim of this study is to investigate the comparison of anthropometric and physiological characteristics of football players who struggle in the infrastructure of football clubs in different leagues.

Materials and Methods: The research sample in Turkey Super League Goztepe Sports Club infrastructure with 15 players that competed in the U12 category Karsiyaka Sports in the Turkey 3 league club which competes in the U12 age category of infrastructure constitute 15 players. Anthropometric measurements, balance performances, speed values, anaerobic powers, aerobic endurance performances and maximum oxygen consumption values of the participants were measured. IBM SPSS 20.0 (USA) data analysis program was used for statistical analysis. Average and standard deviation were evaluated as descriptive statistics. Using the Kolmogorov Smirnov method, whether the data shows normal distribution and homogeneity was tested by Levene test. It was determined that the data showed normal distribution and the variances were homogeneous. Indipendent Samples Test, one of the parametric tests, was used. Variances of the Flamingo balance test data were found to be inhomogeneous. Mann-Whitney U Test, one of the non-parametric tests, was used for balance data. Significance level was determined as $p < 0.05$.

Results: The difference between the participants' height, body weight, body fat percentage, body mass index averages was not statistically significant. The difference between the players' VO2max, 20m speed and vertical jump performance was not statistically significant. ($P > 0.05$) The difference between the balance performances of the players was found statistically significant. ($P < 0.05$).

Conclusion: In this study, VO2max, 20 m speed, vertical jump and balance performances of 32 football players playing football in U12 age category in the infrastructure of football clubs in different league categories were examined. While there was no statistically significant difference between

SB152

FUTBOLDA YORGUNLUĞUN UZUN PASA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Merve Nur YASAR*, [1]Ali Talip GUVEN , [1]Hüsnü ŞÖZ, [1]Murat ÇİLLİ**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi- Sakarya

***Email :** merveyasar@subu.edu.tr, mcilli@subu.edu.tr*

Giriş ve amaç: Oyunu kazanmada rol oynayan birçok bileşenin yanında, uzun pas da yorgunluğa bağlı olarak etkilenmektedir. Bu çalışmanın amacı futbolda yorgunluğun uzun pasa etkisinin incelenmesidir. Yöntem: Çalışmaya, U-18 takımında yer alan 18 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Yorgunluk protokolü için Yo-Yo Seviye 2 Aralıklı Toparlanma testi uygulanmıştır. Teste başlamadan önceki dinlenik durumda ve her bir seviye sonunda sporculardan 25m uzaklıktaki hedefe 3 tekrar pas atmaları istenmiştir. Her seviye için kalp atım hızı ve pasların hedefe olan uzaklıkları belirlenmiştir.

Bulgular: Çalışmada elde edilen bulgulara göre artan iş yüküne bağlı olarak uzun pas isabet oranının bozulduğu gözlenmiştir. Sırasıyla birinci seviyeye göre, artan seviyelerde isabetin %23, %28, %53 ve %71 oranında bozulduğu gözenmiştir. Özellikle makKAH %70'ine ulaşıldığında uzun pas isabetlerinin anlamlı şekilde bozulduğu gözlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, artan iş yüküne bağlı olarak ortaya çıkan yorgunluk durumunda isabetli pas atabilme özelliğinin geliştirilmesi için antrenmanlarda gerekli çalışmaların yapılması ve yorgunluk oluşması durumunda oyun taktiğinde uzun paslara daha az yer verilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: futbol, yorgunluk, uzun pas, performans

INVESTIGATION OF LONG-PASS EFFECT OF FATIGUE IN FOOTBALL

Background and study aim: In addition to many components that play a role in winning the game, long pass is also affected by fatigue. The aim of this study was to investigate the effect of fatigue on football.

Methods: Eighteen male athletes from the U-18 team participated in the study voluntarily. Yo-Yo Level 2 Intermittent Recovery test was used for fatigue protocol. At rest and at the end of each level, athletes were asked to pass 3 reps to the target at a distance of 25m before the test. For each level, the heart rate and the distance of the pass to the target were determined.

Findings: According to the findings of the study, long rust hit rate deteriorated due to increased workload. It was observed that the accuracy of the increasing levels was 23%, 28%, 53% and 71%. It was observed that long rust hits significantly deteriorated especially when 70% of makKAH were reached.

Conclusion: As a result, it is considered that it will be beneficial to carry out the necessary exercises during the trainings in order to improve the ability to pass correctly in case of fatigue due to the increased work load and to give less space to long passes in the game tactic in case of fatigue.

Keywords: football, fatigue, long pass, performance

SB156

"SİVİL SAVUNMA VE İTFAİYECİLİK BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN İKİ YIL BOYUNCA İTFAİYECİLİK VE SPOR EĞİTİMİ DERSLERİNDE BAZI FİZİKSEL PARAMETRELERİN KARŞILAŞTIRILMASI"

[1]Mehmet Söyler

[1]Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı

Amaç: Meslek Yüksekokulu Sivil Savunma / İtfaiyecilik öğrencilerinin İtfaiyecilik ve Spor eğitimi dersine yönelik (iki yıl-dört dönem) ön lisans öğrenimi başında - sonunda vücut kompozisyonu ve mesleğe yönelik bazı biomotorik fiziksel test parametrelerinde meydana gelen değişimlerin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya Çankırı Karatekin Üniversitesi Yapraklı Meslek Yüksekokulu Sivil Savunma / İtfaiyecilik bölümünde öğrenim gören 15 gönüllü erkek öğrenci katılmıştır. Çalışmaya katılan gönüllülerin (n=15), yaş ortalamaları (19.67±1.50yıl),boy uzunluğu ortalamaları (177.13±6.16cm), vücut ağırlığı ortalamaları (78.45 ± 9.63 kg), BKI ortalamaları (22.64±1.87 kg/m 2), vücut yağ yüzde ortalamaları (18.65 ±1.87%) olarak tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilere birinci yılın iki ders dönemi ve ikinci yılın iki ders dönemi olmak üzere toplamda 4 ders dönemi boyunca İtfaiyecilik mesleğine yönelik motorik koordinasyon parkuru hazırlanmış ve uygulanmıştır. Tüm öğrencilerin birinci yılın başlangıcında ve ikinci yılın sonunda bazı fiziksel ve biomotorik parametreleri (vücut ağırlığı, BKİ, vücut yağ yüzdesi, dikey sıçrama, shuttle run (3x100m), Bench'te çift ayak yana sıçrama, Duvarda Tenis topu yakalama, 30 metre sprint sürat, Motorik koordinasyon parkuru) incelenmiştir. Tüm verilerin istatistiksel işlemleri bilgisayar ortamında SPSS 22 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Tüm parametrelerin analizinde Will Coxon Testi kullanılmıştır. Anlamlılık p>0.05 düzeyinde belirlenmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin birinci dönemin başında ve ikinci dönemin sonunda vücut ağırlığı (78.45±9.63 kg - 76.45±5.45 kg), BKİ (22.64±1.87 kg\m2 - 19.32±1.91 kg\m2), vücut yağ yüzdesi (%20.63±2.18 - %16.67±1.87), dikey sıçrama (37.75±4.47 - 39.85±4.12 cm), shuttle run (3x10m) (9.77±0.83 - 8.97±0.86 sn), bench'te çift ayak yana sıçrama (19.13±1.40 - 21.40±1.50 tekrar), duvarda tenis topu yakalama (6.40±1.35 - 8.33±0.97 tekrar), 30 metre sprint sürat (3.86±0.20 - 3.82±0.21 sn), motorik koordinasyon parkuru (1.21±0.13 - 1.08±0.18 dk) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı değişiklikler görülmüştür (P<0,05).

Sonuç: Yapılan araştırma İtfaiyecilik uygulamalı sporlarda hız-güç ve koordinasyon yeteneklerinin teşhisi için bilgilendirici sonuçlar ortaya çıkarmıştır. Gönüllü öğrencilerin iki yıllık sürenin başında ve sonunda ölçülen parametreleri arasında artmalar ya da olumlu yönde

Comparison Of Some Physical Parameters Of The Civil Defense And Firefighting Department Students In Firefighting And Sports Training Courses For Two Years

Aim: Vocational School Civil Defense / Firefighting students' Firefighting and Sports training course (two years-four semesters) at the beginning and end of the associate degree education, body composition and the changes in some biomotor physical test parameters for the profession.

Methods: 15 volunteer male students studying at Çankırı Karatekin University Yapraklı Vocational School Civil Defense / Firefighting Department participated in the study. Volunteers participating in the study (n = 15), mean

age (19.67 ± 1.50 years), average height (177.13 ± 6.16 cm), average body weight (78.45 ± 9.63 kg), average BMI (22.64 ± 1.87 kg / m 2), Body fat percentage averages (18.65 ± 1.87%) were determined. For the students participating in the study, a motor coordination course for the firefighting profession was prepared and applied for a total of 4 lessons, two semesters of the first year and two semesters of the second year. At the beginning of the first year and at the end of the second year, some physical and biomotor parameters (body weight, BMI, percentage of body fat, vertical jump, shuttle run (3x100m), double-foot side jump on the bench, tennis ball catch on the wall, 30-meter sprint speed , Motoric coordination track) has been studied. Statistical processes of all data were analyzed in computer environment with SPSS 22 statistical package program. Will Coxon Test was used in the analysis of all parameters. Significance was determined at the p> 0.05 level.

Result: Students' body weight (78.45 ± 9.63 kg - 76.45 ± 5.45 kg), BMI (22.64 ± 1.87 kg \ m2 - 19.32 ± 1.91 kg \ m2), body fat percentage (20.63 ± 2.18% - 16.67%) at the beginning of the first term and at the end of the second term. ± 1.87), vertical jump (37.75 ± 4.47 - 39.85 ± 4.12 cm), shuttle run (3x10m) (9.77 ± 0.83 - 8.97 ± 0.86 sec), double leg jumps on the bench (19.13 ± 1.40 - 21.40 ± 1.50 repetitions) There were statistically significant changes in the values of catching tennis ball on the wall (6.40 ± 1.35 - 8.33 ± 0.97 repetitions), 30 meters sprint speed (3.86 ± 0.20 - 3.82 ± 0.21 sec), motor coordination track (1.21 ± 0.13 - 1.08 ± 0.18 min). (P <0.05).

Conclusions: The research conducted has revealed informative results for the diagnosis of speed-power and coordination abilities in firefighting applied sports. Increases or positive decreases were observed in the parameters of volunteer students measured at the beginning and end of the two-year period. These parameters, which are important in terms of professional health, have revealed the importance of physical performance monitoring and regular physical activity life for students to continue their work life in the future.

SB157

ALTETİZMDE YAŞA BAĞLI PERFORMANS DEĞİŞİMİ: ATLAMA BRANŞLARI ÖRNEĞİ

[2]Işık Bayraktar, [1]Tuncay Örs

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi Öğretmenliği, AYDIN
[2]Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Alanya

Email : *isik.bayraktar@alanya.edu.tr, tuncayors400@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor branşlarında, yaş gruplarına göre performans seviyelerinin değişiklik göstermesi beklenir. Bu çalışma, atletizmin atlama branşlarında yaş artışına bağlı olarak performansın ne şekilde değiştiğini belirlemek, bu değişimde branşların birbirleri arasında farklılıkların olup olmadığı tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma verileri, 2019 yılı atlama branşlarında (yüksek atlama, sırıkla atlama, uzun, atlama ve üçadım atlama) yaş grupları (U18, U20, U23, büyükler, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74,75-79, 80-84) arasında gerçekleştirilen dünya listelerindeki ilk 25 sporcunun performansını kapsamaktadır. Sporcuların branşlara göre performansları IAAF puanlarına dönüştürülmüştür. Yaş gruplarında branşlara göre sporcuların elde ettiği puanların ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Yaş gruplarına göre branşlar arasındaki benzerlik ve farklılıklar incelenmiştir.

Bulgular: Tüm atlama branşları için yaş gruplarına göre ortalama değerler incelendiğinde U18'den büyükler kategorisine kadar lineer bir artış gösteren performans düzeylerinin, büyükler kategorisinden sonra da 80-84 yaş grubuna doğru giderek azalan bir seyir izlediği görülmüştür. Performans düzeyleri açısından 30-34, 35-39 ve 50-54 yaş gruplarında, branşlar arasında benzerlikler görülmüştür. Diğer kategorilerde ise branşlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. 40-44 yaş grubundan itibaren 80-84 yaş grubuna kadar olan dokuz kategoride, diğer atlama branşlarına göre, en düşük performansı üçadım atlama branşında gerçekleştiği görülmüştür. U18 grubuna bakıldığında yine en düşük performansın üçadım atlama branşında olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Devinişsel alanın (beyin-kas eş uyumu gerektiren davranışların baskın olduğu alan) ergenlik döneminde tam gelişmeme ya da belli bir yaştan itibaren giderek düşüş yaşaması, özellikle kas kütlesinin 30'lu yaşlardan sonra her yıl %1 civarı azalmaya başlaması, üçadım atlama gibi komplike bir branşda en düşük performans sergilenmesini açıklayabilir.

Age-Related Performance Change In Athletics: Jumping Events Example

Introduction and Aim: Performance levels in sports events are expected to vary according to age groups. This study was carried out in order to determine how the performance changes in athletics jumping events depending on the age increase and to determine whether there were differences between the events in this change.

Methods: Research data consisted of the performance of the first 25 athletes in the world lists among age groups (U18, U20, U23, seniors, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74,75-79, 80-84) in 2019 jumping events (high jump, pole vault, long jump, triple jump). The performances of the athletes according to the events have been converted into IAAF scores. Average and standard deviation values of the scores obtained by

the athletes according to the events in the age groups were calculated. Similarities and differences between events according to age groups were examined.

Results: When the average values for all jumping events are examined by age groups, it is seen that the performance levels, which show a linear increase from U18 to the senior category, follow a gradually decreasing trend towards the 80-84 age group after the senior category. In terms of performance levels, similarities were observed between the events in the 30-34, 35-39 and 50-54 age groups. In other categories, significant differences were found between events. In nine categories from the 40-44 to the 80-84, it was observed that the lowest performance was achieved in the triple jumps event compared to the other jumping events. Looking at the U18 group, it was found that the lowest performance was in the triple jump event.

Conclusion: As psychomotor area (where behaviors requiring brain-muscle mating predominate) not fully developing in adolescence or gradually decreasing from a certain age, especially the muscle mass starts to decrease by 1% every year after the age of 30s, can explain the low performance in a complicated event such as triple jump.

SB171

REFORMER PİLATES VE HATHA YOGA YAPAN KADINLARIN KUVVET, DENGE VE ESNEKLİK PARAMETRELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Demet Öztürk, [1]Barışcan Öztürk, [3]Özgür Aktaş, [4]Bilgihan Büyüktaş

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, Adana
[2]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Adana
[3]Aksaray Üniversitesi, Aksaray
[4]Çukurova Üniversitesi, Adana

***Email :** , bariscan.ozturk.bc@gmail.com, ,*

Amaç: Bu araştırma Reformer Pilates ve Hatha Yoga yapan kadınların kuvvet, denge ve esneklik parametrelerini karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Yöntem: Araştırmanın örneklem grubunu, yaş ortalamaları 33,95±9,02, BMI ortalamaları ise 22,11±3,21 olan 62 kadın katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada katılımcıların; yaş, boy, kilo ve spor yaşı gibi demografik değerlerinin olduğu kişisel bilgi formunun yanı sıra esnekliklerini ölçmek için otur eriş testi, pençe kuvveti için hand grip, statik denge için bass stick, dinamik denge içinse Y dinamik denge testleri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin hesaplanmasında ise SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağıldığı saptanmış ve ikili grup karşılaştırmaları için bağımsız örneklem t- testi uygulanmıştır. Bu çalışmada anlamlılık düzeyi (p)<0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Reformer Pilates ve Hatha yoga yapan kadınlar arasında kuvvet, statik denge, dinamik denge ve esneklik parametrelerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek adına yapılan t- testi sonucunda, kuvvet (p=0,04), statik denge (p=0,10), esneklik (p=0,00) sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca dinamik denge sağ (p=0,00) ve sol (p=0,00) composite ortalamalarının Reformer Pilates ve Hatha Yoga yapan kadınlar arasında anlamlı bir farklılığa sebep olduğu da tespit edilmiştir.

Sonuç: Elde edilen bulgular neticesinde Reformer Pilates yapan kadınların kuvvet, dinamik denge skorlarının Hatha Yoga yapan kadınlardan daha iyi olduğu, Hatha Yoga yapan kadınların ise esneklik skorlarının Reformer Pilates yapan kadınlardan daha iyi olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Hatha Yoga, Reformer Pilates, Esneklik, Dinamik Denge, Kuvvet

COMPARISON OF STRENGTH, BALANCE AND FLEXIBILITY PARAMETERS OF REFORMER PILATES AND WOMEN PRACTİCE HATHA YOGA

Aim: This research has been done to compare the strength, balance and flexibility parameters of women who practice Reformer Pilates and Hatha Yoga.

Method: The sample group of the study consists of 62 female participants with a mean age of 33.95 ± 9.02 and a BMI of 22.11 ± 3.21. Participants in the research; In addition to the personal information form with demographic values such as age, height, weight and sports age, sit and reach test to measure flexibility, hand grip for claw strength, bass stick lengthvise for static balance, and Y dynamic balance tests for dynamic balance. SPSS 22 package program was used to calculate the data obtained. It was determined that the data were distributed normally and independent samples t-test was applied for pair group comparisons. In this study, the significance

level (p) was accepted as <0.05. Results: As a result of the t-test performed to determine whether the parameters of strength, static balance, dynamic balance and flexibility differ between women practicing Reformer Pilates and Hatha yoga, strength (p = 0.04), static balance (p = 0.10), flexibility (p = 0.00) results were obtained. In addition, it was determined that the averages of dynamic balance right (p = 0.00) and left (p = 0.00) composite caused a significant difference between women practicing Reformer Pilates and Hatha Yoga.

Conclusion: As a result of the findings, it was determined that the strength and dynamic balance scores of women who practice Reformer Pilates are better than women who practice Hatha Yoga, and that the flexibility scores of women who practice Hatha Yoga are better than women who practice Reformer Pilates.

Keywords: Hatha Yoga, Reformer Pilates, Flexibility, Dynamic Balance, Strength

SB172

FARKLI BRANŞLARDAKİ SPORCULARIN ALT VE ÜST EKSTREMİTE DİNAMİK DENGE SKORLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Barışcan ÖZTÜRK, [1]Bilgihan BÜYÜKTAŞ, [3]Demet ÖZTÜRK, [4]Özgür AKTAŞ

[1]Çukurova Üniversitesi, Adana
[2]Milli Eğitim Bakanlığı,Adana
[3]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Adana
[4]Aksaray Üniversitesi, Aksaray

Email : *bilgihanbykts10@gmail.com, bariscan.ozturk.bc@gmail.com*

Amaç: Bu çalışma farklı branşlardaki sporcuların alt-üst dinamik denge parametrelerini karşılaştırılması amacıyla yürütülmüştür.

Yöntem: Araştırmaya Atletizm, Kick Boks, Taekvondo, Futbol, Basketbol, Hentbol ve Voleybol branşlarında yaş ortalamaları 19,73±1,96 ve BMI ortalaması 22,62±2,16 olan toplamda 82 sporcu katılmıştır. Araştırmada katılımcıların; yaş, boy, kilo ve spor yaşı gibi demografik değerlerinin olduğu kişisel bilgi formu ve dinamik denge için Y dinamik denge testi kullanılmıştır. Elde edilen verilerin hesaplanmasında ise SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağıldığı saptanmış ve ikiden fazla grup karşılaştırmaları için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Bu çalışmada anlamlılık düzeyi (p)<0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Farklı branşlardaki sporcular arasında dinamik denge özelliklerinin farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek adına yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda alt ekstremite dinamik denge skorları incelendiğinde, sağ composite (p=,142) vesol composite (p=,523) ayrıca üst ekstremite dinamik denge skorları incelendiğinde sağ composite (p=,157), üst sol compite (p=,197) bulunmuştur.

Sonuç: Elde edilen bulgular neticesinde farklı branşlardaki sporcuların alt ve üst ekstremite dinamik denge skorlarının benzerlik gösterdiği ve farklılaşmadığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Farklı Branşlar, Alt Ekstremite, Üst Ekstremite, Y Dinamik Denge, Dinamik Denge

COMPARISON OF DYNAMIC BALANCE SCORES IN LOWER AND UPPER EXTREMITY OF ATHLETES IN DIFFERENT SPORTS BRANCHES

Aim: This study was conducted to compare the upper and lower dynamic balance parameters of athletes in different sports branches.

Method: A total of 82 athletes with a mean age of 19.73 ± 1.96 and a BMI of 22.62 ± 2.16 in the sports branches of Athletics, Kick Boxing, Taekvondo, Football, Basketball, Handball and Volleyball participated in the study. Participants in the research; Personal information form with demographic values such as age, height, weight and sports age, and Y dynamic balance test was used for dynamic balance. SPSS 22 package program was used to calculate the data obtained. It was determined that the data were distributed normally and one-way analysis of

variance (ANOVA) test was used for more than two group comparisons. In this study, the significance level (p) was accepted as <0.05.

Results: When the lower extremity dynamic balance scores were examined as a result of the one-way variance analysis performed to determine whether the dynamic balance characteristics different between athletes in different sports branches, right composite (p =, 142) and left composite (p =, 523) were examined, and when upper extremity dynamic balance scores were examined, right composite (p =, 157), upper left compite (p =, 197) were found. Conclusion: As a result of the findings, it is seen that the lower and upper extremity dynamic balance scores of athletes from different sports branches are similar and do not differ.

Keywords: Different Sports Branches, Lower Extremity, Upper Extremity, Y Dynamic Balance, Dynamic Balance

SB174

KADIN VE ERKEK YÜZME SPORCULARINDA TÜM VÜCUT İZOMETRİK KAS KUVVETİ VE KUVVET DENGESİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Tuğba Kocahan, [2]Tuba Atalay, [1]Bihter Akınoğlu, [2]Aydın Balcı, [2]Adnan Hasanoğlu

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA
[2]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, ANKARA

Email : *kocahantu@gmail.com, yildiz06tuba@gmail.com, rgkardelen@yahoo.com, aydinbalci1985@hotmail.com, ahasanoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kas kuvveti spor branşı ayırt etmeksizin spor performansını etkiler. Kas kuvvet dengesi de spor yaralanmaları ile ilişkilidir ve sporcularda sıklıkla incelenir. Kadın sporcuların erkek sporculara göre yaralanma oranları daha fazladır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı kadın ve erkek serbest stil yüzme sporcularında tüm vücut izometrik kas kuvveti ve kuvvet dengesinin karşılaştırılmasıdır. Yöntem: Çalışmaya 13 kadın ve 15 erkek olmak üzere toplam 28 serbest still yüzme sporcusu dahil edildi. Sporcuların dirsek, omuz, diz, kalça, gövde ve boyun bölgesi kas kuvveti DIERS-Myoline İzometrik Kas Kuvvet Analiz Sistemi (DIERS International GmbH, Schlangenbad, Almanya) cihazı ile değerlendirildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent samples-t test veya Mann Whitney-U testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Erkek sporcuların dirsek, omuz, diz, kalça, gövde ve boyun bölgesi zirve kas kuvvetinin kadın sporculara göre daha fazla olduğu belirlendi ($p<0,05$). Kadın ve erkek sporcuların dirsek fleksiyon-ekstansiyon, omuz internal-eksternal rotasyon, diz fleksiyon-ekstansiyon, kalça abdüksiyon-addüksiyon, gövde fleksiyon ekstansiyon, gövde sağ-sol lateral fleksiyon ve boyun sağ-sol lateral fleksiyon kas kuvvet oranlarının benzer olduğu, ancak gövde rotasyon ve boyun fleksiyon-ekstansiyon kas kuvvet oranının farklı olduğu belirlendi ($p<0,05$).

Tartışma: Çalışmamız sonucunda kadın sporcuların erkek sporculara göre daha zayıf olduğu, ancak kadın ve erkek sporcuların kas kuvvet dengesinin benzer olduğu belirlendi. Kadın sporcuların zirve kas kuvvetinin daha az olması kadın sporcuların yaralanmasına ve spor performansının etkilenmesine neden olabilir.

COMPARISON OF WHOLE-BODY ISOMETRIC MUSCLE STRENGTH AND STRENGTH BALANCE IN FEMALE AND MALE SWIMMING ATHLETES

Introduction and aim: Muscle strength affects sports performance regardless of sports branch. Muscle strength balance is also associated with sports injuries and is frequently studied in athletes. Injury rates of female athletes are higher than male athletes. Therefore, the aim of this study is to compare the whole-body isometric muscle strength and strength balance in male and female freestyle swimming athletes.

Method: A total of 28 freestyle swimmers, 13 female and 15 male, were included in the study. The elbow, shoulder, knee, hip, trunk and cervical muscle strength of the athletes were evaluated using the DIERS-Myoline Isometric Muscle Strength Analysis System (DIERS International GmbH, Schlangenbad, Germany). Independent

samples-t test or Mann Whitney-U test was used according to distribution status in comparison of parameters obtained from athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: It was determined that male athletes had higher peak muscle strength in elbow, shoulder, knee, hip, trunk and cervical region compared to female athletes ($p < 0.05$). It was determined that female and male athletes have similar elbow flexion-extension, shoulder internal-external rotation, knee flexion-extension, hip abduction-adduction, trunk flexion extension, trunk right-left lateral flexion and neck right-left lateral flexion muscle strength ratios, but trunk rotation and the flexion-extension muscle strength ratio of the cervical was different ($p < 0.05$).

Discussion: As a result of our study, it was determined that female athletes were weaker than male athletes, but the muscle strength balance of female and male athletes was similar. The fact that female athletes have less peak muscle strength may cause injuries of female athletes and affect their sports performance.

SB182

HENTBOLDA SEZON ANALİZİNİN TAKTİKSEL GERİBİLDİRİMLERİ

***[1]Murat Bilge*, [1]Gökhan Deliceoğlu, [2]Can Çelebi, [3]Alp Eren Pektaş**

[1]Kırıkkale Üni. Spor Bilimleri Fak. Kırıkkale
[2]Çanakkale Üni. Spor Bilimleri Fak. Çanakkale
[3]Şehit Cengiz Polat İmam Hatip OO

***Email :** muratbilge@gmail.com, deliceoglugokhan@gmail.com, 49celebi@gmail.com, alppektas@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Hentbolda müsabaka analizi; üst düzey ulusal liglerde, turnuvalarda, kıta- dünya şampiyonalarında ve olimpiyatlarda kullanılmaktadır. Bireysel sporcu, rakip, sezon analizi ve taktik analiz sonuçlarının antrenmandaki uygulamalara katkısı olduğu vazgeçilmez bir gerçektir. Bu araştırmanın amacı, 2019-2020 sezonunda Hentbol Erkekler Süper Ligi'ni üçüncü sırada tamamlayan Spor Toto (ST) takımının sezonda oynadığı maçların analizini yorumlayarak geribildirimler elde etmektir.

Yöntem: ST takımının sezonda oynadığı maçlar 72 parametrede video analiz yöntemiyle raporlandırılmıştır. ST ile rakip analizinde, hücum etkinliğinin tespitinde ilişkisiz örneklemler T-testi kullanılmıştır. İç sahada ve deplasmanda oynanan maçlarda analiz parametreleri arasında ilişkiye Pearson korelasyon analizi, kazanılan ile kaybedilen maçlardaki farklılık için de Mann Whitney U-testi uygulanmıştır.

Bulgular: ST'nun rakipleri ile yaptıkları maçlarda saha içi parametrelerinin uygulama farklılıklarına bakıldığında; en belirgin farklılığı faule yakalanma sayılarında gösterdikleri belirlenmiştir. ST kaleci kurtarışlarında rakiplere göre istatistiksel olarak farklılık görülmektedir ($p<0,05$). Organize hücum, basit hızlı hücum ile hızlı santra etkinliği bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,05$). ST'nun iç ve dış sahada hücum sayısı ve şut etkinliği arasında anlamlı ilişkiler görülmektedir ($p<0,05$). Organize hücumlarda atılan goller ile yüksek düzeyde ilişki belirlenirken, gollerin basit hızlı hücuma göre ilişkileri bakıldığında iç saha maçlarında istatistiksel olarak anlamlılık görülmektedir. Deplasmanda daha fazla kullanıldığı görülen gelişmiş hızlı hücum ile gol sayıları arasındaki ilişkiye bakıldığında ortalamaya yakın ilişkiler belirlenmiştir. ST takımının kazandığı ve kaybettiği maçlardaki şut sayısında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,05$).

Sonuç: ST kaleci kurtarışı diğer takımlara göre düşüktür. Organize hücum etkinliğinde rakip üstünlüğü görülürken, diğer hücum etkinliğinde ST takımının üstün olduğu belirlenmiştir. ST'nun 6-7-7-9 ve 9 m üzeri atışlarında üstün olduğu ve hızlı hücum parametrelerinin ise galibiyet için bir etki oluşturduğu düşünülebilir. ST mağlup olduğu maçlarda ise organize hücum sayısı, organize hücum gol ve basit hızlı hücumu daha çok tercih ettikleri belirlenmiştir. Ayrıca ST takımının galip durumunda iken daha fazla şut attığı belirlenmiştir.

Tactical Feedback Of Season Analysis In Handball

Introduction and Purpose: Match analysis is used in top national leagues, tournaments, continental-world championships and the Olympics in handball. It is fact that individual player, opponent, season and tactical analysis results contribute to the practices in training sessions. The purpose of this research is to obtain feedback by interpreting the analysis of the matches played by the Spor Toto (ST) team, which finished the Handball Men's Super League in third place in 2019-2020 regular season.

Method : The matches played by the ST team were reported by video analysis method in 72 parameters during the season. In the ST and opponent analysis, independent sample T-test was used to determine offensive efficiency. Pearson correlation analysis was applied to the relationship between analysis parameters in matches played at home and away and the Mann Whitney U- test was used for the difference between won and lost matches. Findings When you look at the application differences of the infield parameters in the matches of ST's opponents; the most obvious difference was in the number of being fault. ST goalkeeper saves against opponents, organized, simple fastbreak and fast throw-off in terms of statistically significant difference. While there have been significant relationships between the number of offenses and the shoot efficiency in home and away, a high level of relationship has been determined with efficiency in organized attacks. When you look at the relationship of goals according to simple fastbreak, statistical significance is seen in home matches. The mid-level relationship between the combined fast break and the number of goals that appear to be used more in the away game, the statistically significant difference in the number of shots in matches won and lost by the ST team ($p<0,05$).

Result: The ST goalkeeper makes less saves than any other team. While the opponent was more effective in the organized attacs, it was determined that the ST team was more effective in the fastbreaks. It can be thought that ST is superior in 6, 7, 7-9 and over 9 m shots and fastbreak parameters have an effect on victory. In lost matches it was determined that ST preferred more organized attacks, organized attack goals and simple fastbreaks. It was also determined that ST used more shots in winner position.

SB194

15-17 YAŞ ARASI FARKLI BRANŞLARDAN GENÇ SPORCULARIN ÇEVİKLİK VE ÇABUKLUKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Sedat Kahya*, [1]Menderes Kabadayı, [1]Ali Kerim Yılmaz, [1]Özgür Bostancı, [1]Soner Karadeniz**

[1]On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

***Email :** sedatkayha58@gmail.com*

Giriş: Spor branşlarında yüksek sayıda ve yoğunluktaki müsabaka sayıları ayrıca şiddetli antrenmanlar sebebiyle fiziksel yeterliliğin yanı sıra teknik-taktik çeviklik ve çabukluk gibi motorik becerilerin de üst düzey sergilenmesi gerekir. Özellikle sporcularda çeviklik ve çabukluk parametreleri müsabaka sonuçlarına etki eden önemli bileşenlerdir.

Amaç: Bu araştırmanın amacı 15-17 yaş arası farklı branşlardan sporcuların çeviklik ve çabukluk sürelerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya 15-17 yaş aralığında 42 erkek (10 güreş, 10 hentbol, 12 futsal, 10 atletizm) ve 36 kadın (14 hentbol, 12 futsal, 10 atletizm) olmak üzere toplamda 78 sporcu gönüllü olarak katıldı. Deneklerin sırasıyla T-agility ve Pro agility çeviklik, 10m, 20m ve 30m çabukluk testleri ölçüldü. Çabukluk ve çeviklik testleri 24 saat tam dinlenme aralıkları ile ölçüldü. İstatistiksel analizde paired sample t, One-Way ANOVA ve LSD testlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Branşların çeviklik ve çabukluk değerleri cinsiyetlere göre karşılaştırıldığında, erkeklerde illionis, 10m., 20m., 30m., testlerinde, kadınlarda ise T-agility, 10m. ve 30m. Sprint testlerinde istatistiksel olarak anlamlılıklara rastlandı ($p<0.05$). Erkeklerde T-agility, kadınlarda ise İllionis ve 20m. testlerinde anlamlılık tespit edilmedi ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, genç sporcularda hem kadın hemde erkeklerde çabukluk ve çeviklik sonuçlarının farklı bulgular ortaya çıkardıkları, bu durumunda branşların spesifik antrenman modelleri ve gelişimlerine bağlı olarak farklılık ortaya çıkardığı düşünülmektedir. Genel olarak baktığımızda çalışmamızda özellikle erkeklerde sıklet sporlarından olan güreşçilerde futsal, atletizm ve hentbola göre daha yüksek çabukluk ve çeviklik süreleri ortaya çıkardıkları görülmektedir. Bu durum sadece T- agility testinde farklılık göstermiştir. Güreşcilerin diğer branşlara göre sürelerinin yüksek olması, güreşcilerin diğer branşlara göre daha az çeviklik ve çabukluk antrenmanına maruz kalması ve daha çok kuvvete dayalı bir spor olması olarak düşünülebilir. Kadınlarda ise en iyi sürelerin futsalcılar tarafından ortaya konduğu görülmüştür. Bu durumda özellikle futsal ve futbol gibi branşlardan en önemli bileşenlerden olan çabukluk ve çevikliğe dayalı antrenmanların yoğunluğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Genç sporcu, çabukluk, çeviklik

COMPARISON OF AGILITY AND SPEED IN YOUNG ATHLETES BETWEEN 15 AND 17 YEARS OF AGE FROM DIFFERENT BRANCHES

Introduction: In sport branches, in addition to physical competence, motoric skills such as technical-tactical agility and speed should be demonstrated at a high level due to high numbers and intensity of competitions and also intense training. Agility and speed parameters are important components that affect competition results in athletes.

Aim: The aim of this study is to compare the agility and sprint times of athletes aged between 15 and 17 from different branches.

Method: A total of 78 athletes between the ages of 15 and 17 – 42 male (10 wrestling, 10 handball, 12 futsal, 10 athleticism) and 36 female (14 handball, 12 futsal, 10 athleticism) participated in the study voluntarily. T-agility and Pro agility tests and 10m, 20m and 30m sprint tests of the subjects were measured respectively. Sprint and agility tests were measured with 24 hours of complete resting intervals. Paired sample t, One-Way ANOVA and LSD test were used in statistical analysis.

Results: When the agility and speed values of the branches were compared in terms of gender, statistical significance was found in Illinois, 10m., 20m., 30m. sprint tests in male athletes, and in T-agility, 10m. and 30m. Sprint tests of female athletes ($p<0.05$). No significance was found in T-agility tests in male athletes and in Illinois and 20m. tests in female athletes ($p<0,05$). Conclusion: As a conclusion, in both male and female young athletes, speed and agility results were different and it is thought that this difference is due to the specific training models and developments of branches. When considered in general, it was found in our study that male wrestlers showed higher speed and agility times when compared with male athletes in branches of futsal, athleticism and handball. This result was found to be different only in T-agility test. The reason why wrestlers have higher times when compared with other branches can be thought as the fact that they are exposed to less agility and speed training when compared with other branches and that it is a sport based on strength. The best times were shown by futsal athletes in females. It is thought that this result was due to the fact that trainings based on speed and agility are more intense in branches such as futsal and football.

Key words: Young athlete, speed, agility

SB210

DÜZENLİ YAPILAN SPOR TIRMANIŞIN ÜST EKSTREMİTE KUVVETİNE ETKİSİ

[1]Ahmet DUMAN, [2]Burak GÜRER

[1]Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep

Email : *ahmet.duman91@gmail.com, ahmet.duman91@gmail.com, burakgurer27@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Üst ekstremite kuvvetinin varlığı, spor tırmanışta sporcuları fiziksel, psikolojik ve zihinsel olarak olumlu yönde etkileyebilir. Genelde bu etkiler sporcunun performansına çeşitli katkılar sunabilir. Bu çalışmanın amacı, düzenli yapılan spor tırmanışın, el kavrama, parmak ve kol kuvvetine olan etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmamız, kontrol grubu içeren deneysel çalışma şeklinde tasarlanmıştır. Bu kapsamda kontrol grubu sedanter olan 12 kişiden, çalışma grubu ise orta seviyede spor tırmanış becerisine ve en az 2-3 yıllık deneyime sahip 12 spor tırmanış yapan sporcudan meydana gelmiştir. Çalışma ve kontrol grubunun araştırma öncesi yaş, boy ve kilo ölçümleri alınmıştır. Çalışma ve kontrol grubunun üst ekstremite ölçümleri araştırmaya başlamadan önce ve 8 hafta sonunda alınmıştır. Çalışma grubundan 8 hafta boyunca düzenli olarak haftada en az 2 defa ve 2 saatten az olmamak kaydı ile tırmanış yapmaları istenmiştir. Sporcular 17 m yüksekliğe sahip negatif eğimleri de olan tırmanış duvarında uygulama yapmıştır. Tırmanışlar sırasında araştırmacılar kontrol için uygulama alanında hazır bulunmuştur. Parmak kuvveti ölçümü için Jamar marka hidrolik parmak dinamometresi, el kavrama kuvveti için Takei Grip-D marka dijital el dinamometresi kullanılmış ve kol kuvveti için bükülü kol asılma testi yapılmıştır. Verilerin analizinde ve tanımlayıcı bilgilerde SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: El kavrama kuvveti, parmak kuvveti ve kol kuvvetinde istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur.

Sonuç: Araştırma sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulunmuş ve düzenli yapılan spor tırmanışın el kavrama kuvveti, parmak kuvveti ve kol kuvvetine pozitif yönde etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor tırmanış, kuvvet, üst ekstremite

THE EFFECT OF REGULAR SPORT CLIMBING ON UPPER EXTREMITY STRENGTH

Objective: The presence of upper extremity strength can positively affect athletes physically, psychologically and mentally in sports climbing. In general, these effects can contribute to the performance of the athlete. The aim of this study is to, examine the effect of regular sports climbing on hand grip, finger and arm strength.

Method: Our research was designed as an experimental study involving a control group. In this context, the control group consisted of 12 sedentary individuals, while the study group consisted of 12 sports climbing athletes with medium level sports climbing skills and at least 2-3 years of experience. Age, height and weight measurements of the study and control groups were taken before the study. The upper extremity measurements of the study and control groups were taken before starting the study and at the end of 8 weeks. The study group was asked to regularly climb at least 2 times a week and not less than 2 hours for 8 weeks. The athletes practiced on the 17 m high climbing wall with negative slopes. During the climbs, the researchers were present at the application area for control. Jamar brand hydraulic finger dynamometer was used for finger strength

measurement, Takei Grip-D brand digital hand dynamometer was used for hand grip strength and twisted arm hanging test was performed for arm strength. SPSS 22.0 package program was used for data analysis and descriptive information.

Results: Statistically significant differences were found in hand grip strength, finger strength and arm strength.

Conclusion: As a result of the research, statistically significant results were found and it was concluded that regular sports climbing had a positive effect on hand grip strength, finger strength and arm strength.

Keywords: Sport climbing, strength, upper extremity

SB211

AMATÖR KADIN VOLEYBOLCULARDA AÇISAL HIZA BAĞLI HAMSTRING/QUADRICEPS ORANI İLE SIÇRAMA PERFORMANSI ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Ajlan Saç

[1]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, EDİRNE

Giriş ve amaç: Diz ekleminin ürettiği tork ve eklemin ekstansör ile fleksörleri arasındaki açısal hıza bağlı kuvvet oranı sıçrama performansı üzerine etkili parametrelerdir. Çalışmanın amacı amatör kadın voleybolcularda pik tork ile açısal hıza bağlı kuvvet dengesizliğinin sıçrama performansı ile olan ilişkisini analiz etmekti.

Materyal ve Metot: Çalışmaya 24 kadın voleybolcu (yaş: 22,54±1,86 yıl; boy uzunluğu: 178,83±4,26 cm; vücut ağırlığı: 74,54±5,86 kg; vücut kütle indeksi: 22,47±4,97 kg*m^{-2}) katıldı. Pik tork, 60, 180 ve 300°/s açısal hızlarda izokinetik dinamometre ile; sıçrama performansı ise Countermovement Jump Testi (CMJ) ile ölçüldü. Katılımcılar 60°/sn açısal hızdaki hamstring/quadriceps (H:Q) oranlarına göre iki gruba ayrıldı.

Bulgular: H:Q oranı yalnızca 60°/s açısal hızda istatistiksel olarak farklıydı ($p<0,001$). Düşük H:Q oranına sahip grup (n=9) yüksek H:Q oranına sahip olan gruptan (n=15) daha büyük fleksiyon pik tork değerlerine sahipti (60°/s: 116 Nm – 95 Nm, $p=0,03$). Ektansiyon pik tork değerlerinde fark yoktu (60°/s: 176 Nm – 170 Nm, $p=0,61$). Yüksek H:Q grubunda 300°/s açısal hızdaki H:Q oranı ile CMJ performansı arasında negatif ilişki vardı (sıçrama yüksekliği: $r=-0,869$, $p<0,05$).

Sonuç: Dizin ekstansör ve fleksörleri arasındaki kas kuvveti dengesine bağlı H:Q oranlarının sıçrama performansı ve diz kuvvetini etkileyebildiği görüldü. Quadricepsteki kuvvet defisitlerinin yüksek H:Q oranına neden olabileceği, bu nedenle iyi dizayn edilmiş kuvvet antrenmanlarıyla H:Q oranının önerilen değerlere ulaştırılmasının önemli olduğu söylenebilir. Performans gelişimi için ve yaralanmaların önlenmesi adına voleybolcularda kuvvet antrenmanı dizayn edilirken bu kas kuvveti oranının göz ardı edilmemesi, antrenman kazanımlarıyla birlikte takip edilmesi önerilebilir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANGULAR VELOCITY-DEPENDENT HAMSTRING/QUADRICEPS RATIO AND JUMPING PERFORMANCE IN AMATEUR FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and Aim: The torque produced by the knee joint and the muscle strength ratio depending on the angular velocity between the extensor and flexors of the joint are the parameters that affect the jump performance. The aim of the study was to analyze the relationship between peak torque and angular velocity-dependent muscle strength imbalances with jump performance in amateur female volleyball players.

Materials and Method: Twenty-four female volleyball players were participated in this study (age: 22.54±1.86 years; height: 178.83±4.26 cm; weight: 74.54±5.86 kg; BMI: 22.47±497 kg*m^{-2}). Peak torque with isokinetic dynamometer at 60, 180 and 300°/s angular velocities; jump performance was measured with the

Countermovement Jump Test (CMJ). Participants were divided into two groups according to their hamstring/quadriceps (H:Q) ratio at 60°/s.

Results: The H:Q ratio was statistically different only at 60°/s ($p<0.001$). The group with the low H:Q ratio (n=9) had greater flexion peak torque values (60°/s: 116 Nm - 95 Nm, $p=0.03$) than the group with the high H:Q ratio (n=15). There was no difference in extension peak torque values (60°/s: 176 Nm - 170 Nm, $p=0.61$). There was a negative correlation between the H:Q ratio at 300°/s and CMJ performance in the high H:Q group (jump height: $r=-0.869$, $p<0.05$).

Conclusion: It was observed that the H:Q ratios depending on the strength balance between the knee extensor and flexors can affect jump performance and knee strength. It can be said that the strength deficits in the quadriceps can cause a high H:Q ratio, so it is important to reach the recommended values of the H:Q ratio with well-designed strength trainings. While designing strength training for volleyball players for performance improvement and to prevent injuries, it may be suggested that this ratio of muscle strength should not be omit and should be followed with training gains.

SB217

%5 AKUT DEHİDRASYON SONRASI JUDO PERFORMANSI: ÖN ÇALIŞMA

[1]Bayram CEYLAN, [2]Rafael Lima KONS, [2]Daniele DETANICO

[1]Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu
[2]Federal University Of Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brazil

Email : *bceylan@kastamonu.edu.tr, rafakons0310@gmail.com, d.detanico@ufsc.br*

Giriş ve amaç: Judo sporcuların kilo kategorilerine göre yarıştıkları bir spordur. Sporcuların hızlı kilo kaybına sık sık başvurdukları ve dehidrasyona maruz kaldıkları bilinmektedir. Ancak, dehidrasyonun sporcuların performansı üzerine etkileri incelenmemiştir. Dolayısıyla, bu çalışmanın amacı %5'lik dehidrasyonun judoya özgü performans testleri üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışma kontrollü çapraz tasarım olarak planlandı. Çalışmaya 5 adet antrenmanlı ve uluslararası seviyede sporcu katıldı. Familarizasyon ve antropometrik ölçümler sonrası sporcular hem dehidrasyon hem de kontrol grubu olarak sırasıyla judogi el pence kuvvet testleri ve Özel Judo Uygunluk Testi uyguladılar. Veriler ortalama ve standart sapma olarak ifade edildi. Verilerin normalliği Shapiro-Wilk testi ile kontrol edildi. Wilcoxon işaretli sıralar testi kontrol ve dehidrasyon koşullarındaki farklara bakmak için kullanıldı. İstatistik analiz SPSS 23 paket programı ile yapıldı. Anlamlılık derecesi 0.05 olarak kabul edildi.

Bulgular: Uygulama sonrası sporcuların hidrasyon durumları anlamlı şekilde artarken vücut ağırlıkları düştü ($p<0.05$). Uygulanan performans testlerinde dehidrasyonu takiben anlamlı düşüş gözlemlendi ($p<0.05$).

Sonuç: Çalışma bulguları %5'lik dehidrasyonun judoya özgü performans testleri sırasındaki performansı olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Çalışmanın geliştirilerek sporcularda hem performans hem de fizyolojik cevaplara bakılması önerilir. Ayrıca, Judo Dünya Turu'nun yıl boyu devam ettiği ve hızlı kilo kaybı dolayısıyla sporcuların dehidrasyona maruz kaldığı düşünüldüğünde Uluslararası Judo Federasyonu'nun kilo kazanımı konusunda aldığı önlemlere hidrasyonla ilgili önlemleri de eklemesi önerilmektedir.

Judo Performance Following Acute Dehydration Of 5% : A Preliminary Study

Introduction and purpose: Judo is a sport where athletes compete according to their weight categories. It is known that athletes frequently resort to rapid weight loss and suffer from dehydration. However, the effects of dehydration on athletes' performance have not been studied. Therefore, the aim of this study was to demonstrate the effect of 5% dehydration on judo specific performance tests.

Method: The study was planned as a controlled cross-over design. 5 highly trained and international level judo athletes participated in the study. After familiarization and anthropometric measurements, the athletes applied the judogi handgrip strength tests and the Special Judo Fitness Test in both dehydration and control conditions. Data are expressed as mean and standard deviation. The normality of the data was controlled with the Shapiro-Wilk test. Wilcoxon signed ranked test was used to identify difference in control and dehydration conditions. The significance level was set at 0.05 and all analyses were conducted using SPSS 23.

Results: After the application, while the hydration status of the athletes significantly increased, their body weight significantly decreased ($p < 0.05$). In the performance tests, a significant decrease was observed following dehydration ($p < 0.05$).

Conclusion: The study findings revealed that 5% dehydration negatively affected the performance during judo specific performance tests. Future research is warranted to verify physiological and performance effects of dehydration with wider samples. Moreover, considering that the Judo World Tour continues throughout the year and athletes are exposed to dehydration due to rapid weight loss, it is recommended that the International Judo Federation should add hydration-related measures to the measures taken for rapid weight gain.

SB219

ERKEK FUTBOLCULARDA DOMİNANSIN DENGE PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Hamza Küçük

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

Giriş ve Amaç: Denge performansın sergilenmesinde önemli etkenlerden biridir. Temel hareketlerin uygulanmasından sakatlanmalara kadar birçok etkisi vardır. Bu çalışmanın amacı erkek futbolcularda dominansın denge performansına etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya sağ el tercihli 86, sol el tercihli 69 futbolcu katılmıştır. Katılımcıların el ve ayak dominansını belirlemek için Olfield tarafından geliştirilen 10 soruluk anket uygulanmıştır. Futbolcuların statik ve dinamik denge ölçümleri Prokin Tecno Body izokinetik denge ölçüm aleti kullanılarak ölçülmüştür. Statik denge testi, sabit platformda çift ayak üzerinde duruş pozisyonunda gözler açık olarak gerçekleştirilmiştir. Çift bacak testte optimum pozisyon, ayaklar omuz genişliğinde açık, platformun X ve Y ekseni üzerindeki çizgiler referans alınarak, orijin noktasına eşit uzaklıkta duracak şekilde belirlenmiştir. Futbolcular 30 saniye süre ile denge konumunu platformun ortasında tutmaya çalışmışlardır. Dominant ve non dominant denge ölçümlerinde, ölçümü yapılacak ayak denge platformunun tam ortasına yerleştirilmiş, diğer ayak dizden bükülü olarak kaldırılmıştır. Dinamik denge testinde platformun basınç seviyesi düşürülmüş, futbolcular ekranda bulunan daire şeklindeki rotayı izleyerek 60 saniyelik süre içerisinde, 5 tur döndürmüştür. Sağ ve sol dominans farklılıklarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda T testi yapılmıştır.

Bulgular: Çalışma sonucuna göre sol ayak dominant olan futbolcuların dominant bacak testinde X ve Y düzlemi denge değerlerinin daha iyi olduğu tespit edilmiştir ($p<0,001$ ve $p=0,40$). Çift ayak,non dominant ve dinamik denge perofromansında ayak tercihlerinde gruplar arasında farklılık tespit edilmemiştir ($P>0,05$).

Sonuç: Bu sonuçlara göre sol ayak dominant olan futbolcuların dominant bacak denge performansının daha iyi olduğu ifade edilebilir. Bu durumun ortaya çıkmasında sol ayak dominansın oyuna özgü tekniksel durumla ilişkisi olabilir. Ayrıca hemisferik farklılıkların da bu duruma etkisi olabilir.

THE EFFECT OF DOMINANCE ON BALANCE PERFORMANCE IN MALE SOCCER PLAYERS

Introduction and Aim: Balance is one of the important factors to show performance. It has many effects from the implementation of basic movements to injuries. This study aims to investigate the effect of dominance on balance performance in male soccer players.

Method: In the study 86 players with right-hand preferences and 69 players with left-hand preferences participated. Eighty-six right-hand sixty-nine lefthand players have participated in the study. A 10 questions survey which was developed by Olfield has been applied to the participants to determine their hand and foot dominance. Static and dynamic balance measurements of soccer players were measured using the Prokin Tecno Body isokinetic balance measuring equipment. Static balance test was carried out at the standing position on two legs on a stable platform with eyes open. In the bipedal test, the optimum position was determined by taking the lines on the X and Y-axis of the open platform, feet shoulder-width apart, at an equal distance to the origin point.

The soccer players have tried to protect the balance position in the middle of the platform for 30 seconds. In dominant and non-dominant balance measurements, the foot to be measured is placed in the middle of the balance platform, and the other foot is lifted while the knee is bended. In the dynamic balance test, the pressure level of the platform was lowered, the soccer players followed the circle-shaped route on the screen and rotated 5 rounds in 60 seconds. T-test was used in independent groups for comparison of right and left dominance differences.

Results: According to the results of the study, it was determined that the players whose left foot were dominant had better X and Y plane balance score in the dominant leg test ($p < 0.001$ and $p = 0.40$). No difference was determined between the groups in foot preferences in bipedal,

SB220

TÜRKİYE FUTBOL FEDERASYONU 1. VE 3. LİGİNDE OYNAYAN FUTBOLCULARIN LAKTAT EŞİK DEĞERLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Tayfun ŞİRİN*, [2]Selcen KORKMAZ ERYILMAZ**

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Kahramanmaraş
[2]Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Adana

***Email :** tayfunksu@gmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com*

Giriş ve Amaç:Kan laktat birikiminin başlangıcı (OBLA) olarak kabul edilen 4 mmol/l kan laktat değerine (laktat eşiği) karşılık gelen egzersiz şiddeti, futbolda aerobik dayanıklılığın değerlendirilmesinde ve antrenman yükünün belirlenmesinde kullanıldığı için önem taşır.Bu çalışma Türkiye Futbol Federasyonu 1. ve 3. liginde oynayan profesyonel futbolcuların laktat eşik değerlerinin karşılaştırılması amacıyla çalışılmıştır.

Yöntem:Araştırmaya, 1. lig futbol kulübünde oynayan 17 (22.2±4.5 yaş) ve 3. lig futbol kulübünde oynayan 19 (22.05±3.5 yaş) olmak üzere toplam 36 erkek futbolcu katılmıştır. Laktat eşiği (LE)futbol sahasında 30 saniye dinlenme aralıkları ile her 2 dakikada koşu hızı kademeli olarak artan ve tükenmeyle sonlanan test protokolü uygulanarak belirlendi. 30 saniye dinlenme aralıklarında parmak ucundan kan örnekleri alınarak (Lactate Scout), hız-laktat eğrisinden 4 mmol/l kan laktat konsantrasyonuna denk gelen koşu hızı ve kalp atım hızı (KAH) (Polar RS-400) tespit edildi.Normal dağılım gösteren veriler bağımsız gruplarda student-t testi ve normal dağılım göstermeyen veriler Mann Whitney-U testi kullanılarak karşılaştırıldı (ortalama±standart sapma).

Bulgular:Her iki grubun yaş, vücut ağırlığı, boy uzunluğu, dinlenim ve maksimal KAH değerleri arasında anlamlı fark olmadığı tespit edildi ($p>0.05$). 1. ve 3. ligde oynayan futbolcuların LE karşılık gelen koşu hızı (sırasıyla, 16.6±0.7 ve 16.4±1.2km/saat), KAH (182.1±9 ve 179.5±9.2 atım/dak.) ve test sırasında kat edilen mesafe (1931.7±182.6 ve 2037.8±170.4km) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ($p>0.05$).

Sonuç: 1. ve 3. lig futbolcuların aerobik dayanıklılığın kriteri olan LE düzeyleri arasında fark bulunmamış olması, farklı lig düzeylerinde sportif başarıyı belirleyen unsurlarınsürat, güç, kuvvet gibi anaerobik bileşenlerin yanı sıra futbolcuların teknik becerileri ve oyun zekasıolabileceğini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik eşik, Aerobik dayanıklılık, Sporcu, Koşu hızı

Comparison Of Lactate Threshold Of Football Players In The 1st And 3rd Leagues Of Turkish Football Federation

Introduction and Aim:Exercise intensity at a lactate concentration of 4 mmol/l (lactate threshold; LT), which is considered to be the onset of blood lactate accumulation (OBLA), is important as it is used in determining training load as well as evaluating aerobic endurance performance in football.This study aims to compare the lactate threshold of football players in the 1st and 3rd leagues of Turkish Football Federation.

Method:36 male football players, including 17 players (age 22.2±4.5 years) in the 1st league football club and 19 players (age 22.05±3.5 years) in the 3rdleague football club, participated in the study.LT was determined using

an incremental exercise test that involves gradually increasing the running speed every 2-min until exhaustion with 30-second rest intervals on the football field.Blood samples were taken from the fingertip at rest intervals of 30-second(Lactate-Scout).From the speed-lactate curve, the running speed and heart rate (HR) (Polar-RS- 400) corresponding to 4 mmol/l lactate concentration were calculated.Comparison of values between groups was made using unpaired t- test for normally distributed data, and Mann-Whitney-U test for non-normally distributed data (mean±SD).

Results:There was no significant difference in age, body weight, height, rest HR and maximal HR of both groups($p>0.05$). There were no significant differences between the running speed at LT (16.6±0.7 and 16.4±1.2 km/h, respectively), HR at LT (182.1±9 and 179.5±9.2 beats/min) and total running distance(1931.7±182.6 and 2037.8±170.4km)of the 1st and 3rd leagues players compared to each other($p>0.05$).

Conclusions:The fact that LT levels, which is the criteria of aerobic endurance, were not different between 1st and 3rd league players, suggesting that the factors determining sportive success in different league levels may be anaerobic components such as speed, power and strength as well as technical skills and game intelligence of the players.

Keywords: Anaerobic threshold, Aerobic endurance, Athletes, Running speed.

SB222

AEROBİK CİMNASTİKÇİLERDE FARKLI TEKRARLI SPRİNT PROTOKOLLERİNİN PERFORMANS YANITLARINA ETKİSİ

***[1]Nazlı ÖZGÖR*, [1]Mehmet Gören KÖSE, [1]Ayşe KİN İŞLER**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** nazliozgor_98@hotmail.com, goren.kose@gmail.com, aysekin@gmail.com*

Giriş: Türkiye'de popülerliği son dönemde gittikçe artan aerobik cimnastik, içinde tekrarlı sıçramalar, atlamalar, ani yön değiştirmeler, hızlanmalar barındıran ve müzikle uyumlu olarak yapılan bir spor dalıdır.

Amaç: Bu araştırma, genç kadın aerobik cimnastikçilerin farklı tekrarlı sprint protokollerine verdikleri performans yanıtlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya Ankara ilinde 2 farklı kulüpte aerobik cimnastik branşında lisanslı 14-21 yaş aralığındaki 11 kadın (Yaş:17,25± 2,18 yıl; Boy uzunluğu:156,37± 6,37 cm; Vücut Ağırlığı:52,05± 7,11 kg; Antrenman yaşı:10,67± 2,93 yıl) aerobik cimnastikçi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar farklı günlerde ve rastgele sırayla 30 saniye dinlenme aralığıyla düz(6x20m;DTST) ve 100° yön değiştirmeli (6x20m;YDTST) tekrarlı sprint testlerine katılmışlardır. Her testin 30 saniye dinlenme aralığı sırasında sporcular aktif sıçrama(AS) gerçekleştirmiş ve sıçrama yüksekliklerine göre zirve anaerobik güç(ZAG) değerleri Canavan ve Vescovi(2004) formülüne göre belirlenmiştir. Elde edilen ZAG değerlerinden her tekrarlı sprint protokolü için anaerobik güç düşüş yüzdesi(AGDY) hesaplanmıştır. Ayrıca tekrarlı sprint testleri öncesinde referans sıçrama yüksekliğinin belirlenmesi amacıyla sporcular yine AS yapmışlardır. Tekrarlı sprint testleri sonrasında sporcuların en iyi sprint zamanı(EİSZ), toplam sprint zamanı(TSZ) ve performans düşüş yüzdesi(PDY) değerleri de belirlenmiştir. Verilerin analizinde iki farklı protokolün performans değişkenlerindeki farklılıkların değerlendirilmesi için bağımlı örneklemde t-testi, AGDY'ndeki değişimlerin farklı tekrarlı sprint protokollerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ise 2x6(protokolxtekrar) tekrarlı ölçümlerde varyans analizi kullanılmıştır ve anlamlılık $p<0.05$ olarak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Analiz sonuçları EİSZ(t=-68,161; p=,000) ile TSZ'de(t=-56,909; p=,000) iki protokol arasında DTST lehine anlamlı bir fark olduğunu gösterirken, PDY değerlerinin her iki protokol için benzer olduğunu göstermiştir(t=0,749; p=0,470). 2x6 ANOVA sonuçlarına göre ise AGDY değerlerinde protokol($F(1,11)=0,028$, $p>0.05$) ve tekrar($F(5,55)=1,419$, $p>0.05$) etkisinin anlamlı olmadığı ancak testxtekrar etkileşiminin anlamlı olduğu belirlenmiştir($F(5,55)=2,467$, $p<0.05$).

Sonuç: Kadın aerobik cimnastikçilerde DTS'le karşılaştırıldığında YDTS de sürat önemli derecede düşük ancak nöromüsküler yorgunluk(PDY) benzer düzeydedir. Bunula birlikte nöromüsküler yorgunluk benzer olmakla beraber, YDTS'lere göre DTS'leri takip eden tekrarlı patlayıcı aktiviteler sırasında sergilenen performansın daha değişken olduğu görülmüştür.

EFFECT OF DIFFERENT REPEATED SPRINT PROTOCOLS PERFORMANCE RESPONSES IN WOMAN AEROBIC GYMNASTS

Introduction: Aerobic Gymnastics is a sport that has growing popularity in Turkey recently. It includes repeated leaps, jumps, rapid change of direction, acceleration and is performed in compatible with music.

Purpose: This study was conducted to determine the performance responses of young woman aerobic gymnasts to different repeated sprint protocols.

Methods: A total of 11 volunteer women gymnasts(age:17,25±2,18 yrs) between ages of 14-21 yrs from 2 different clubs in Ankara participated in this study. Participants underwent randomly in straight (6x20m;SRST) and 100 ° change-of-direction (6x20m;CODRST) repeated sprint tests(RST) on different days with 30-second rest intervals. During 30-second rest intervals, athletes performed countermovement jump(CMJ) and peak anaerobic power(PAP) values were calculated by the Canavan and Vescovi(2004) formula according to jump heights. Anaerobic percentage of performance decrement(APPD) was calculated for each RST from PAP. In addition, before RSTs, athletes performed CMJ for determination of reference jumping height. Best sprint time(BST), total sprint time(TST) and percentage of performance decrement(PD) were calculated after the RSTs. Paired sample t-test was used to assess differences between two different protocols; ANOVA with repeated measures 2x6(protocol x repetition) was used to determine whether changes in APPD differed according to different RSTs and level of significance was set at $p<0.05$.

Results: A significant difference in favor of SRST between the two protocols in BST(t=-68,161;p=,000) and TST(t=-56,909;p=,000) was found, while the PD values were similar for both protocols(t=0.749;p=0.470). According to 2x6 ANOVA results, protocol($F(1,11)=0.028, p>0.05$) and repetition($F(5,55)=1,419$, $p>0.05$) effect were not significant however the protocol x repetition interaction was significant ($F(5,55)=2,467, p<0.05$) in APPD.

Conclusion: In women aerobic gymnasts, sprint values in CODRST was slower than SRST, however neuromuscular fatigue was found to be similar. Although neuromuscular fatigue was similar, performance during explosive activities was variable in SRST when compared to CODRST.

SB223

ANALYSES OF SOME PERFORMANCE PARAMETERS AND DETERMINATION OF THE NORM VALUES IN KOSOVO FIRST LEAGUE GOALKEEPERS

[1]Shkumbin Hoxha*, [2]Milaim Berisha, [3]Agron Thaqi

[1]AAB College, Physical Education And Sport Department, Kosovo
[2]Istanbul Gelisim University, School Of Physical Education And Sport, Coaching Department, Turkey
[3]Tetovo State University, Department Of Kinesiology North Macedonia

***Email :** hoxhashkumbin12@gmail.com, mberisha@gmail.com, athaqi@hotmail.com*

Purpose: The purpose of this study is to determine the correlations between anthropometric and power-related factors, make differences in power-related factors according to the anthropometric features, and determine norm values of some motor abilities in Kosovo First League goalkeepers.

Methodology: The research was conducted on a sample of 15 volunteer goalkeepers, aged 20-22 years old, who were active goalkeepers in the teams in the Kosovo First League. To measure the performance of the goalkeepers in the study, anthropometric parameters (length, weight, body mass index), acceleration (10 meters run), coordination (side steep), agility/maneuverability (Ilion's Agility Test), reaction time (Nelson Hand Reaction Test, Plate Tapping Test), and success of the goalkeepers (conceded goals per season, success score) in the last Kosovo First League. To process the results of the study, analysis of the data was done with the IBM SPSS Statistics 24 software. Descriptive statistics, t-test, Pearson correlations, and percentiles provided the statistics obtained.

Results: The goalkeepers playing in the Kosovo's First Football League showed significant correlations between length, plate tapping, Nelson hand reaction, conceded goals and goalkeeper performance in the last season ($p<0.05$). Also, it was determined that taller goalkeepers' motor abilities were higher, and they were more successful according to the conceded goals per season and in the evaluation of the coaches compared to the shorter goalkeepers.

Conclusion: The results of each test were given as the norm values for the Kosovo First Leagues' goalkeepers together with 20% groups. The ages of the goalkeepers in Kosovo First Leagues (20-22) were lower compared to the ages (26-28) of the goalkeepers of the major European leagues over the last decade. In the correlation analyses, it was determined that goalkeepers' performances were related to the length and reaction time.

Keywords: Goalkeepers, power-related motor abilities (explosive force), anthropometry, Kosovo's first football league

SB225

HENTBOL ALT YAŞ GRUBU AVRUPA ŞAMPİYONALARININ SEÇİLMİŞ DEĞİŞKENLER BAKIMINDAN GELİŞİMİNİN İNCELENMESİ

***[1]Murat Bilge*, [1]Gökhan Deliceoğlu, [2]Cengiz Akarçeşme, [3]Marta Bon**

[1]Kırıkkale Üni. Spor Bilimleri Fak. Kırıkkale
[2]Gazi Üni. Spor Bilimleri Fak. Ankara
[3]Sports Faculty Ljubljana Slovenia

***Email :** muratbilge@gmail.com, deliceoglugokhan@gmail.com, c_akarcesme@hotmail.com, Marta.Bon@fsp.uni-lj.si*

Giriş ve Amaç: Modern hentbola alt yaş gruplarının uyum gösterip göstermediği merak konusudur. Ayrıca genç sporcuların boylamsal olarak taktiksel gelişimlerinin analizi de uzmanlar tarafından takip edilmektedir. Bu araştırmanın amacı, 2017'de düzenlenen U17 Kadınlar Avrupa Şampiyonası'na katılan takımlar ile aynı jenerasyonun iki yıl sonra 2019'da düzenlenen U19 Avrupa Şampiyonasında oynadığı maçların analizini yorumlayarak geribildirimler elde etmektir.

Yöntem: Her iki Avrupa Şampiyonası'na katılan takımların oynadığı maçlar 72 parametrede video analiz yöntemiyle raporlandırılmıştır. U17 ve U19 turnuvalarında antropometrik özellikler, kadın antrenör sayıları, hücum-atış-kaleci etkinliğinin yanı sıra top kaybı, faul, ceza parametrelerinde, hücum türlerinde, eşit-fazla-eksik hücum etkinliğinde ve pasif oyun başlıklarında farklılıklar için Mann Whitney U-testi kullanılmıştır. Her iki turnuvada final oynayan takımlar ile diğerlerinin arasındaki farklılıklar için Kruskall Wallis H-testi uygulanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak için ikişerli karşılaştırılmış ve Mann Whitney U- testi ile gruplar arasındaki farklılık verilmiştir.

Bulgular: U17 ve U19 turnuvalarındaki analiz farklılıkları, eşit hücum ile eksik hücum başlıklarında görülmüştür ($p<0,05$). Eşit hücum ve gol sayısı U19'da daha yüksek iken hücum etkinliği U17 lehine bulunmuştur. Eksik hücum-gol-etkinlik farklılığı ise U17 lehine tespit edilmiştir. Her iki turnuvada final oynayan takımlar arasında sadece eksik hücum etkinliğinde U17 lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Her iki turnuvada final oynayan takımlar ile diğerlerinin arasındaki farklılıklarda ise U17 finalistleri lehine atış etkinliği, organize hücum etkinliği, eksik hücum sayısı ve golü, U19 da ise finalistler lehine gol sayısı, hücum etkinliği, atış etkinliği, top kaybı ile organize hücum etkinliği parametrelerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kadın antrenör sayısı %40'tan %35.5'a düşmüştür.

Sonuç: Elde edilen bulgular yorumlandığında, iki yıl ara ile aynı jenerasyonun oynadığı Avrupa Şampiyonalarında iki yıl sonrasında takımların daha iyi geri dönüş yaparak yerleşik savunma özelliklerini geliştirdikleri söylenebilir. Turnuvalarda final başarısı gösteren takımlarla diğerlerinin kıyaslanmasında ise; hücum etkinliği, atış etkinliği, organize hücum etkinliği, eksik hücum sayısı-golü, top kaybı parametrelerinin başarıyı getirdiği sonucuna ulaşılabilir.

Examining The Development Of Handball Under Age European Championships In Terms Of Selected Parameters

Introduction and Purpose: Whether under age category fit into modern handball is a matter of curiosity. In addition, the analysis of the longitudinal tactical developments of young athletes is also followed by the experts. The purpose of this research is to obtain feedback by interpreting the analysis of the teams participating in the U17 Women's European Championship held in 2017 and the matches played by the same generation in the U19 European Championship held in 2019, two years later.

Method: The matches played by the teams participating in both European Championships were reported by video analysis method in 72 parameters. In U17 and U19 tournaments, Mann Whitney U-test was used for differences in anthropometric profiles, number of female coaches, attack-shot-goalkeeper efficiency, as well as turnover, foul, punishment parameters, offensive types, equal- superior-inferior attack and passive rules. The Kruskall Wallis H-test was applied for the differences between the teams that played in the finals in both tournaments and the others. In order to find out between which groups the difference was, they were compared in pairs and the difference between the groups was given with the Mann Whitney U-test.

Findings: Analysis differences in U17 and U19 tournaments were seen in equal attacks and inferior attacks ($p < 0.05$). Equal attacks and number of goals were higher in U19, while offensive efficiency was in favor of U17. The inferior attacks -goal-efficiency difference was determined in favor of U17. A significant difference in favor of U17 was found only in the inferior attacks between the teams that played in the finals in both tournaments ($p < 0.05$). In terms of the differences between the teams that played in the finals of both tournaments and the others, in the parameters of shooting efficiency in favor of U17 tournament finalists, organized attack, inferior attacks, number of goals, and in U19, in favor of tournament finalists, the number of goals, attack efficiency, shooting efficiency, turnovers, organized attack efficiency; there was a significant difference ($p < 0.05$). The number of female coaches decreased from 40% to 35.5%.

Result: When the findings are interpreted, it can be said that after two years in the European Championships where the same generation played two years apart, the teams made a better retreat and developed their established defensive characteristics. In comparison of the teams that succeeded in the final in the tournaments and the others; It can be concluded that the parameters of attack efficiency, shooting efficiency, organized attack efficiency, inferior attacks-goals, and turnovers bring success.

SB227

YÖN DEĞİŞTİRME HIZI İLE KUVVET, DENGE VE SÜRAT ARASINDAKİ İLİŞKİNİN CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Mustafa Can ESER*, [2]Mehmet Gören KÖSE, [2]Ayşe KİN İŞLER**

[1]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket Ve Antrenman Bilimleri ABD
[2]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Hareket Ve Antrenman Bilimleri ABD

***Email :** mceser@ankara.edu.tr, goren.kose@gmail.com, aysekin@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Yön değiştirme hızı, takım sporlarında ve bireysel sporlarda performansın önemli bileşenlerinden biridir ve özellikle basketbol, futbol ve hentbol gibi takım sporlarında müsabakalar sırasında sıklıkla kullanılmaktadır. Yön değiştirme hızı düz sprint hızı, bacak kas kuvveti, gücü ve reaktif kuvvet gibi bacak kası kalitesini belirleyen faktörlerden etkilenmektedir. Bu çalışma, yön değiştirme hızı (YDH) ile kuvvet, denge ve sürat arasındaki ilişkinin cinsiyete göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 18-28 yaşları arasında değişen, 29 kadın (futbol:5, voleybol:13, basketbol:6, ragbi:5) ve 30 erkek (futbol:16, voleybol:5, basketbol:6, ragbi:3) olmak üzere toplam 59 takım sporları sporcusu katılmıştır. Katılımcıların YDH performansları 505 testi, T-testi ve Illinois testi ile belirlenirken, kuvvet 60º/sn ve 180º/sn hızlarda izokinetik diz ekstansör (EKK) ve fleksör (FKK) kas kuvveti testleri ile ölçülmüştür. Patlayıcı ve elastik kuvvet için skuat (SS), aktif sıçrama (AS) testleri ile elastik kuvvet indeksi (EKİ) kullanılmıştır. Denge, postüral stabilite testi (PST) ve stabilite limiti testi (SLT) ile değerlendirilmiştir. Sürat için 10m ve 30m sprint zamanı kullanılmıştır. Kadın ve erkeklerde YDH ile kuvvet, denge ve sürat arasındaki ilişkiler Pearson'un korelasyon katsayısı ile belirlenmiştir. Her iki cinsiyette de aynı değişkenlerde anlamlı ilişkiler belirlendiğinde korelasyon katsayıları arasındaki fark için z dönüşümü yapılmıştır.

Bulgular: Erkeklerde 60º/sn hızda EKK ve FKK ile YDH arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$). Kadınlarda 60º/sn açısal hızda ölçülen FKK ile 505 testi YDH arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). EKİ sadece kadınlarda T-Testi ile anlamlı ilişki göstermiştir ($p<0,05$). Hem erkek ve hem de kadınlarda 30m sürat ile tüm YDH arasında anlamlı ilişki belirlenirken, 10m sürat sadece kadınlarda tüm YDH ile anlamlı ilişkiler göstermiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Bu çalışmanın bulguları, YDH'nin patlayıcı kuvvet ve sürat ile ilişkili olduğunu ancak maksimal kuvvet ve denge ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Ek olarak bu çalışmanın bulguları YDH ile ilişkili motorik özelliklerin cinsiyetten bağımsız olduğunu da göstermiştir.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP AMONG CHANGE OF DIRECTION SPEED, STRENGTH, BALANCE AND SPEED ACCORDING TO GENDER

Introduction and Purpose: Change of direction speed(CODS) is one of the important components of performance in sports and frequently used during competitions, especially in team sports like basketball, football and handball. This study was designed to investigate the relationship among CODS, strength, balance and speed according to gender.

Methods: A total of 59 volunteer athletes, 29 women and 30 men, participated in this study. CODS were determined by 505, T-test and Illinois COD tests while strength was evaluated by isokinetic knee extension(KES) and flexion(KFS) strength tests at 60º/sec and 180º/sec. For determination of explosive and elastic strength, squat(SJ) and countermovement jump(CMJ) tests and elastic strength index(ESI) were used. Balance was determined by overall stability index(OSI) and limits of stability(LOS) tests and sprint performance was evaluated by 10m and 30m sprint tests. Relationships among CODS and strength, balance and sprint in women and men were determined by Pearson's correlation coefficient. When significant correlations were found in both gender at the same variable, z-transformation was used for the determination of the difference among the correlation coefficients.

Results: In men no significant correlations were found between CODS and KFS and KES at 60º/sec angular velocity($p>0,05$). In women significant correlation was only found between 505 test and KFS at 60º/sec angular velocity($p<0,05$). ESI was only significantly correlated with T-test in women($p<0,05$). In both men and women significant correlations were found among CODS and 30m sprint time, while 10m sprint time was only correlated with CODS in women($p<0,05$) except Illinois test in which significant difference was found between men and women($p<0,05$).

Conclusion: The results of the present study indicated that CODS was associated with explosive power and sprint performance however was not correlated with maximal strength and balance. In addition, the results also showed that variables which were associated with CODS was independent of gender.

SB230

GENÇ KADIN BASKETBOLCULAR İLE GENÇ KADIN VOLEYBOLCULARIN ANAEROBİK PERFORMANSLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Özgür Doğan, [3]Mehmet Soyal, [4]Seyfi Savaş, [1]Ayşe Demet Karadağ

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul
[2]İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[3]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul
[4]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *ozgdogan@gelisim.edu.tr, msoyal@gelisim.edu.tr, seyfi@gazi.edu.tr, demetkaradag96@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Voleybol anaerobik enerji sistemi baskın bir spor branşı olarak bilinmektedir. Basketbolda benzer şekilde anaerobik enerji sisteminin baskın olduğu spor branşları arasındadır. Anaerobik olarak aralarında benzerlik veya farklılık olup olmadığı merak uyandırmaktadır. Bu araştırmanın amacı genç kadın basketbolcular ile genç kadın voleybolcuların anaerobik performanslarının karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Nicel araştırma, tarama modeli uygulanarak yapılan çalışmanın araştırma grubunu; basketbol (n=13), voleybol (n=9) gönüllü sporcu oluşturmaktadır. Sporcuların anaerobik performanslarını ölçmek üzere 30m. Sürat testi, T- Çeviklik testi ve Zig- Zag çeviklik testleri Helsinki protokolüne uygun olarak tasarlanmıştır. Test sonuçlarının analizinde SPSS 25.0 paket programından yararlanılmıştır. Basketbol ve voleybolculara ait verilerin analizinde Bağımsız Örneklem T-Testi uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya ait verilerin analizi incelendiğinde 30m. Sürat testinden voleybolcular lehine anlamlı farklılık ($p=0,035$; $p<0,05$) tespit edilirken, Zig-Zag çeviklik testinde basketbolcular lehine anlamlı farklılık ($p=0,002$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Her iki grubun T-Çeviklik test performansları karşılaştırıldığında ise anlamlı bir farklılık ($p=0,953$; $p>0,05$) olmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırmaya ait bulgular incelendiğinde; 30m. Sürat Testi ve Zig-Zag Çeviklik testi performanslarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Sürat testinde voleybolcular lehine elde edilen anlamlı farklılığın voleybolcuların anaerobik güçleri ile elde ettikleri düşünülmektedir. Zig-Zag çeviklik testinde basketbolcular lehine elde edilen anlamlı farklılık ise basketbol branşının gerekliliklerinden olan ani yön değiştirme, hızlanma ve yavaşlama performanslarının etkili olduğu düşünülmektedir. T-Çeviklik performanslarının anlamlı farklılık ifade etmemesi ise T-test bataryasının hem basketbolcuların hem de voleybolcuların müsabaka sırasında sergilediği yön değiştirme hareketleriyle benzerlik gösterdiği böylece benzer performanslar sergiledikleri söylenebilir.

COMPARISON OF THE ANAEROBIC PERFORMANCE OF YOUNG WOMEN'S BASKETBALL PLAYERS AND WOMEN'S VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and Purpose: Volleyball is known as a sports branch whose anaerobic energy system is dominant. Similarly in basketball, it is among the sports branches where the anaerobic energy system is dominant. Anaerobically, it is curious whether there is any similarity or difference between them. The aim of this study is to compare the anaerobic performances of young female basketball players and young female volleyball players.

Method: The research group of the study conducted by applying quantitative research and scanning model; basketball (n = 13), volleyball (n = 9) are volunteer athletes. 30m. Speed test, T-Agility test and Zig-Zag agility tests were designed in accordance with the Helsinki protocol to measure the anaerobic performance of athletes. SPSS 25.0 package program was used to analyze the test results. Independent Sample T-Test was used to analyze the data of basketball and volleyball players.

Results: When analyzing the data of the study, a significant difference ($p = 0.035$; $p < 0.05$) was found in favor of volleyball players in the 30m. Speed test, while a significant difference was found in favor of basketball players in the Zig-Zag agility test ($p = 0.002$; $p < 0.05$). When the T-Agility test performances of both groups were compared, it was found that there was no significant difference ($p = 0.953$; $p > 0.05$).

Conclusion: When the findings of the research are examined, a significant difference was found in the 30m Speed Test and Zig-Zag Agility test performances. It is thought that the significant difference obtained in the speed test in favor of volleyball players is achieved by the anaerobic power of volleyball players. The significant difference obtained in favor of basketball players in the Zig-Zag agility test is thought to be effective in the sudden change of direction, acceleration and deceleration performances, which are the requirements of the basketball branch.

SB232

LASER SINIFI YELKENCİLERDE ATLETİK PERFORMANS BİLEŞENLERİ YARIŞMA PERFORMANSI İLE NE KADAR İLİŞKİLİ

***[1]Onur Karasu*, [1]Erkan Günay, [1]Caner Çetinkaya**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** onur.odess@hotmail.com, erkanswim@gmail.com, canercetinkayadeu@gmail.com*

Amaç: Çalışmada laser sınıfı yelkencilerin yarışma performans düzeyleriyle atletik performans ile ilişkili değerleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlandı.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Yelken Federasyonu tarafından gerçekleştirilen laser sınıfı yarışmalarına aktif olarak katılan yaş ortalamaları 15-25 olan 20 erkek sporcu dahil edildi. Katılımcılar yarışma sonuçları ve uluslararası müsabakalara katılım(milli sporcu olma)kriterlerine göre yüksek performans(YP) ve düşük performans(DP) grubu olarak tanımlandı. Gönüllülerin fiziksel ve antropometrik ölçümleri, performans ölçümleri (Maksimum oksijen kullanımı, Anaerobik Güç, Yelken simülatörü Trapez izometrik kas dayanıklılık testi) gerçekleştirildi. Ayrıca Simulatör testi esnasında her 1 dakikada kalp atım hızları, sistolik ve diastolik kan basınç değerleri kayıt altına alındı. Gruplar arası farkların istatistiksel analizinde Mann Whitney U testi kullanıldı.

Bulgular: YP ve DP grubunun beden kütle indeksi, yorgunluk indeksi ve maksimum anaerobik güç, izometrik kas dayanıklılığı , test esnası ve sonu kalp atım hızları ile toparlanma nabzı parametrelerinde istatistiksel anlamlı farklılıklar görüldü ($p<0.05$).

Sonuç: Elde edilen bulgular laser sınıfı yelken sporcularında Beden kütle indeksi, Maksimum anaerobik güç, yorgunluk indeksi, aerobik dayanıklılık ve izometrik kas dayanıklılığı parametrelerinin yarışma performansı ile yüksek ilişkili olduğunu gösterdi. İleri çalışmalarda daha yüksek sporcu sayılarından oluşturulmuş kapsamlı araştırmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Yelken, Laser, Trapez, Anaerobik Güç, İzometrik Kas Dayanıklılığı

HOW RELEVANT ARE THE ATHLETIC PERFORMANCE COMPONENTS AND THE RACING PERFORMANCE OF LASER CLASS SAILORS

Purpose: In this study, it is aimed to observe the relation between the racing performance levels and the athletic performance levels of laser class sailors.

Method: This research was conducted with 20 male athletes between the ages of 15-25 who actively attend laser class races held by Turkish Sailing Federation. The participants were classified as High Performance (HP) and Low Performance (LP) according to their race results and the number of attended international races (as a member of national team). Physical and anthropometric measurements, performance measurements (maximum oxygen uptake, anaerobic power, isometric muscle endurance test during hiking position in simulator) of these volunteers were obtained. During the simulator test, heart rate per minute, systolic and diastolic blood pressure values were monitored and recorded as well. Mann Whitney U test was used to analyze the differences statistically among the groups.

Result: Statistically significant differences were observed in the parameters of body mass index, fatigue index and maximum anaerobic power, isometric muscle endurance, heart rate during and after the test, and recovery heart rate in the FP and DP groups ($p<0.05$).

Conclusion: The obtained data indicated that the parameters of body-mass index, maximum anaerobic power, fatigue index, aerobic endurance, and isometric muscle endurance are highly relevant to the racing performance. It also shows that extensive researches with higher numbers of athletes are needed for future studies.

Keywords: Sailing, Laser, Hiking, Anaerobic Power, Isometric Muscle Endurance

SB236

FARKLI ÖN YÜKLEMELİ PLİOMETRİK EGZERSİZLERLE UYGULANAN AKTİVASYON SONRASI POTANSİYASYONUN SÜRAT PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Çisil Sönmez, [2]Ferhat Esatbeyoğlu, [1]Tahir Hazır, [1]Ayşe Kin İşler

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Ankara
[2]Yozgat Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Yozgat

Email : *cisil.sonmez5@gmail.com, ferhatesatbeyoğlu@hotmail.com, tahirhazir@gmail.com, aysekin@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Aktivasyon sonrası potansiyasyon(ASP) bir ön kondisyonlanma yöntemi olarak son yıllarda antrenman bilimi araştırma ve uygulamalarında sıklıkla kullanılmaktadır. Bu çalışma farklı ön yüklemeli pliometrik egzersizlerle uygulanan aktivasyon sonrası potansiyasyonun sürat performansına etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya takım sporu ve bireysel sporla uğraşan 22 erkek sporcu (Yaş: 21,63 ± 3,07 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele sırayla iki ayrı günde ASP uygulaması olarak tek-set (1x10) veya çok-set (3x10) tuck jump yapmış ve uygulama sonrasında 15.sn, 2.dk, 4.dk, 8.dk, 12.dk ve 16.dakikalarda 10m ara-zamanlı 30m sürat testine katılmışlardır. 30m testi sırasında katılımcıların 10m, hızlanmalı 10m, 20m, hızlanmalı 20m ve 30m sprint zamanı değerlendirilmiştir. Ayrıca her ASP uygulaması öncesinde katılımcıların başlangıç 30m sprint performansının belirlenmesi için katılımcıların 30m sürat performansı belirlenmiştir. Standart ısınmadan sonra gerçekleştirilen sürat performansı sonrası tek ve çok-set tuck jump(set) ASP uygulaması sonrasında 6 farklı zamanda (15.sn, 2.dk, 4.dk, 8.dk,12.dk,16.dk) ölçülen sürat performansı üzerine ASP etkisi ve zamana bağlı değişim 2x7(setxzaman) tekrarlı ölçümlerde ANOVA ile test edilmiş ve F istatistiği anlamlı çıktığında farkın hangi ölçümden kaynaklandığı Bonferroni post hoc analizi ile belirlenmiştir.

Bulgular: 10m ve 20m sürat performansında set, zaman, setxzaman etkileşimi anlamlı değildir ($p>0,05$). Hızlanmalı 10m sürat performansında zaman etkisi anlamlıdır ($p<0,05$). Hızlanmalı 20m sürat performansında set, zaman, setxzaman etkileşimi istatistiksel olarak anlamlıdır($p<0,05$). Setxzaman etkileşiminde anlamlı etki çok-set 4. dk sürat performansının tek-set uygulamasına göre daha yavaş olmasından kaynaklanmıştır($p<0,05$). 30m sürat performansında zaman etkisi anlamlıdır($p<0,05$). Bireysel olarak katılımcıların çoğunluğunda bir ASP etkisi görülmemiştir. Ayrıca çok-set sonrasında 20m sürat testi performansında tüm katılımcıların 15.sn sürat performanslarının artış gösterdiği, hızlanmalı 20m sürat performansında ise yine tüm katılımcıların 4.dk'daki sürat performanslarının düşüş gösterdiği belirlenmiştir.

Sonuç: Farklı ön yüklemeli pliometrik egzersizler hızlanmalı 20 m sürat performansı dışındaki mesafelerde farklılaşmaya neden olmamıştır. Aktivasyon sonrası potansiyasyonun sürat performansına etkisinin bireysel olduğu belirlenmiştir.

THE EFFECT OF POST ACTİVATİON POTENTİATİON APPLİED WİTH DİFFERENT PRELOADED PLYOMETRİC EXERCİSES ON SPRİNT PERFORMANCE

Introduction and Purpose: Study was conducted to investigate the effect of post activation potentiation (PAP) applied with different preloaded plyometric exercises on sprint performance. Methods: 22 male athletes from

various branches participated in this study. Participants performed either a single set or multiple sets of tuck jump as a preconditioning application in random order, at 15th sec, 2nd, 4th, 8th, 12th and 16th min, they participated in 30 m sprint test with 10m split time. 10m,flying 10m,20m,flying 20m,30m sprint times were measured. Participants performed 30m sprint test to determine the baseline sprint performance a referance measurement. The speed measured at 6 different times after single and multiple test tuck jump after the speed performed after standard warming the effect of PAP on sprint performance and the time dependent change was tested with 2x7 (ANOVA) with repeated measures was used for statistical analysis and Bonferroni post hoc analysis was performed to determine the source of difference.

Results: In 10 m and 20m sprint performance , set and time effect and set x time interaction were not significant ($p>0.05$). For flying 10 m and 30m sprint performance, significant time effect was found . In flying 20 m sprint performance set and time effect and set x time interaction were found to be statistically significant ($p>0,05$). Significant set x time interaction , was resulted from the slower performance at 4th min following multiple sets of tuck jump application compared to single set . When individual responses were examined for all distances, it was determined that for majority of participants there was no PAP effect after single-set or multiple-sets of tuck jump application. İt was determined that in 20 m sprint test, the sprint performance of all participants increased at 15th sec and during the flying 20 m sprint test, the sprint performance of all participants was decreased at 4th min after multiple sets of tuck jump application.

Conclusion:Different preloaded plyometric exercises did not cause any difference in sprint performance in all distances except flying 20 m sprint performance. PAP effect on sprint performance was individual.

Key Words: Post Activation Potentiation, Plyometric Exercises, Sprint

SB239

PALMARİS LONGUS KASI OLAN Ve OLMAYAN HENTBOLCULARIN KAVRAMA KUVVETİ, YORULMA DAYANIMI, ŞUT HIZI Ve ŞUT İSABET ORANLARININ KARŞILAŞTIRILMASI*

***[1]Muhammet Said YANAR*, [2]Egemen ERMİŞ**

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi,Antrenörlük Eğitimi Bölümü SAMSUN

Amaç: Palmaris longus kası olan ve olmayan hentbolcuların kavrama kuvveti, yorulma dayanımı, şut hızı ve şut isabet oranlarını karşılaştırmaktır.

Materyal ve Metot: Çalışmaya, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören, okul takımında ve amatör ligde oynayan, aktif olarak düzenli hentbol antrenmanı yapan ve en az üç yıl spor geçmişi olan, 18-25 yaş arası 40 erkek hentbolcu (yaş ort: 20,33±1,54 yıl; vücut ağırlığı ort: 74,00±7,83 kg; boy ort: 175,58±6,22 cm) katılmıştır. Katılımcılar, Schaeffer's testi (palmaris longus kası tespiti), el kavrama kuvveti, yorulma dayanımı, şut hızı ve şut isabeti testlerine tabi tutulmuştur.

Bulgular: El kavrama kuvveti, yorulma dayanımı ve şut hızı değişkenlerinde palmaris longus kası bulunanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Şut isabeti değişkeninde ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışma sonuçlarına göre; palmaris longus kası varlığının, hentbolcularda el kavrama kuvveti, yorulma dayanımı ve şut hızı parametreleri üzerinde olumlu etkilerinin olduğu saptanmıştır.

*Bu çalışma Muhammet Said Yanar'ın Yüksek Lisans Tezinden Üretilmiştir.

COMPARISON OF GRIP STRENGTH, FATIGUE RESISTANCE, SHOT SPEED AND SHOT HIT RATES IN HANDBALL PLAYERS WITH AND WITHOUT PALMARIS LONGUS MUSCLE

Aim: The aim of this study is to compare grip strength, fatigue resistance, shot speed and shot hit rates in handball players with and without palmaris longus muscle.

Material and Method: 40 male handball players (average age: 20,33±1,54 years; average weight: 74,00±7,83 kg; average height: 175,58±6,22 cm) between the ages of 18 and 25 who were studying at Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, who were

playing in the school team and amateur league, who were actively doing handball training and who had at least three years of sport history participated in the study. The participants were exposed to Schaeffer's test (determination of palmaris longus muscle); hand grip strength, fatigue resistance, shot speed and shot hit tests.

Results: Statistically significant difference was found in the variables of hand grip strength, fatigue resistance and shot rate in favor of the players who had palmaris longus muscle ($p<0,05$). No statistically significant difference was found in the variable of shot hit ($p>0,05$).

Conclusion: According to the results of the study, it was found that the presence of palmaris longus muscle had significant effects on hand grip strength, fatigue resistance and shot speed parameters in handball players.

SB248

FUTBOLCULARDA ISINMADA UYGULANAN FARKLI ÖN YÜKLENMELERİN SPRİNT PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Ahmet ATLI

[1]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, IĞDIR

Giriş ve Amaç: Post aktivasyon potansiyalizasyonu (PAP), kısa süreli ve patlayıcı aktiviteler öncesi yapılan ve kassal gücü arttırarak performansı geliştiren şiddetli aktivitelerdir. PAP tipi (ısınmada direnç kullanımı) ısınmaların sprint gibi güç ve kuvvet gerektiren egzersizlerde performansı geliştirdiği bildirilmektedir. Bu çalışma, futbolcularda ısınmada uygulanan farklı ön yüklenmelerin sprint performansı üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 15 amatör futbolcu (yaş: 23,80±4,27 yıl, boy: 177,73±0,04 cm, vücut ağırlığı: 73,86±3,52 kg, antrenman yaşı: 9,26±4,10 yıl) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada ilk olarak katılımcıların 1 TM % 100, 1 TM % 90 ve 1 TM % 80 yarım squat değerleri belirlenmiştir. Ardından katılımcılar, 1 TM % 100, 1 TM % 90, 1 TM % 80 ve ön yüklenmesiz olmak üzere dört farklı yarım skuat protokolünü farklı tekrar sayıları ile uygulamışlardır. Uygulanan farklı protokollerin ardından katılımcıların 10 m ve 30 m sprint değerleri elde edilmiştir.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre; 10 m en iyi sprint zaman değerlerinde, 1 TM % 80 ön yüklenme uygulayarak elde edilen sprint zaman değerleri, ön yüklenmesiz, 1 TM % 90 ve 1 TM % 100 ön yükleme uygulayarak elde edilen sprint zaman değerlerine göre istatistiksel olarak daha düşük tespit edilmiştir ($p<0,05$). 30 m en iyi sprint zaman değerlerine bakıldığında ise; 1 TM % 80 ön yüklenme uygulayarak elde edilen sprint zaman değerleri, ön yüklenmesiz, 1 TM % 90 ve 1 TM % 100 ön yükleme uygulayarak elde edilen sprint zaman değerlerine göre istatistiksel olarak daha düşük tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Çalışmada elde edilen sonuçlara göre, 1 TM % 80 ön yüklenme uygulayarak en iyi sprint performans değerlerine ulaşılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, optimum PAP etkisi oluşturmak için 1 TM % 80 ön yüklenme ile PAP protokollerinin uygulanması gerektiği önerilmektedir.

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF DIFFERENT PRELOADS ON SPRINT PERFORMANCE IN SOCCER PLAYERS

Introduction and Aim: Post activation potentialization (PAP) is a violent activity that is done before short-term and explosive activities and improves performance by increasing muscular strength. It is reported that PAP type (use of resistance in warming) warm-ups improve performance in exercises that require strength and force such as sprints. This study was conducted to examine the effect of different preloads on sprint performance in soccer players.

Method: 15 amateur soccer players (age: 23,80±4,27 years, height: 177,73±0,04 cm, body weight: 73,86±3,52 kg, training age: 9,26±4,10 year) voluntarily participated in the study. In the study, firstly 1 TM % 100, 1 TM % 90 and 1 TM % 80 half squat values of participants were determined. Subsequently, the participants applied four different half squat protocols, 1 TM % 100, 1 TM % 90, 1 TM % 80 and without preload, with different repetitions. After applying different protocols, 10 m and 30 m sprint values of the participants were obtained.

Result: According to the analysis results; at 10 m best sprint time values, sprint time values obtained by applying 1 TM % 80 preload were statistically lower than the sprint time values obtained by applying without preload, 1 TM % 90 and 1 TM % 100 preload ($p<0,05$). Considering the best sprint time values of 30 m, sprint time values obtained by applying 1 TM % 80 preload were statistically lower than the sprint time values obtained by applying without preload, 1 TM % 90 and 1 TM % 100 preload ($p<0,05$).

Conclusion: According to the results obtained in the study, the best sprint performance values were achieved by applying 1 TM % 80 preload. In line with these results, it is suggested that PAP protocols should be applied with 1 TM % 80 preload to create optimum PAP effect.

SB249

GENÇ FUTBOLCULARDA DAR ALAN OYUN FORMATININ ÇEVİKLİK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ahmet ATLI*, [1]Oğuzhan TUNCEL**

[1]Iğdır Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, IĞDIR

***Email :** atliahmett@gmail.com, oguzhantuncel@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Futbol antrenmanlarında alıştırmalar genellikle sahanın ölçüleri küçültülerek ve takımdaki oyuncu sayıları azaltılarak yapılmaktadır. Futbolda, rakibin takibinin sağlanması, rakipten kaçma ve topun hareketlerine göre ani pozisyon alma gibi aktiviteler oldukça fazla yer almaktadır. Bu çalışma, genç futbolcularda dar alan oyun formatının çeviklik performansı üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 15 antrenman grubu (yaş: 18,13±1,45 yıl, boy: 176,33±0,39 cm, vücut ağırlığı: 72,40±3,43 kg, antrenman yaşı: 4,06±1,27 yıl) ve 15 kontrol grubu (yaş: 17,73±1,43 yıl, boy: 176,07±0,37 cm, vücut ağırlığı: 72,33±2,79 kg, antrenman yaşı: 4,66±1,03 yıl) olmak üzere toplam 30 genç futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada antrenman grubu normal futbol antrenmanlarına ek olarak 6 hafta süreyle haftada 3 gün dar alan oyun formatı kullanılarak antrenman programına tabii tutulmuştur. Kontrol grubu ise sadece normal futbol antrenmanlarına devam etmiştir. Katılımcıların çeviklik performansları Illinois çeviklik testi ile ön test son test modeline göre ölçülmüştür.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre; antrenman grubunun çeviklik ön test ile son test sonuçları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kontrol grubunun çeviklik ön test ile son test sonuçlarına bakıldığında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışmada elde edilen sonuçlar, oyuncuların dar alan oyunlarında çok fazla yön değişikliğine maruz kaldığı ve bununla birlikte dönüşlerin daha yoğun olarak ortaya çıktığı dikkate alındığında, dar alan oyun formatının çeviklik performansını olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda, farklı dar alan oyun formatlarının sportif performans üzerine olumlu etkisi düşünülerek futbol antrenman programlarında sık sık yer verilmesi önerilmektedir.

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF SMALL SIDE GAME FORMAT ON AGILITY PERFORMANCE IN YOUNG SOCCER PLAYERS

Introduction and Aim: In football training, exercises are usually done by reducing the size of the field and reducing the number of players in the team. In football, activities such as following the opponent, running away from the opponent and taking a sudden position according to the movements of the ball are quite common. This study was conducted to examine the effect of small side game format on agility performance in young soccer players.

Method: 15 training groups (age: 18,13±1,45 years, height: 176,33±0,39 cm, body weight: 72,40±3,43 kg, training age: 4,06±1,27 years) and 15 control groups (age: 17,73±1,43 years, height: 176,07±0,37 cm, body weight: 72,33±2,79 kg, training age: 4,66±1,03 years), a total of 30 young soccer players voluntarily participated in the study. In the study, in addition to normal football training, the training group was subjected to a training program using the small side game format for 6 weeks 3 days a week. The control group continued only with their

normal football training. The agility performances of the participants were measured with the Illinois agility test according to the pre-test post-test model.

Result: According to the analysis results; a statistically significant difference was found when the agility pre-test and post-test results of the training group were compared ($p<0,05$). When looking at the agility pre-test and post-test results of the control group, no statistically significant difference was found ($p>0,05$).

Conclusion: Considering that the results obtained in the study are subject to too many direction changes in small side games and that the turns occur more intense, it is thought that the small side game format positively affects the agility performance. In line with these results, considering the positive effect of different small side game formats on sportive performance, it is recommended that football training programs be included frequently.

SB260

ELİT ERKEK VOLEYBOLCULARDA DİZ IZOKİNETİK KUVVET VE VÜCUT KOMPOZİSYONU ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Elvan Öz, [2]Mehmet Günay

[1]Gazi Üniversitesi Antrenman Ve Hareket Bilimleri ABD, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *ozelvann@gmail.com, mgunay1966@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amaçları; (a) elit erkek voleybolcularda baskın ve baskın olmayan bacak kompozisyonu karşılaştırılması, (b) baskın ve baskın olmayan taraf diz izokinetik kuvvet karşılaştırılması, (c) diz izokinetik kuvvet ve vücut kompozisyonu arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya büyükler kategorisinde mücadele eden 15 elit erkek voleybolcu gönüllü olarak katılmıştır. Baskın ve baskın olmayan bacakta izokinetik kuvvet diz fleksiyon ve ekstensiyonu (H/Q) 60˚/sn, 180˚/sn ve 300˚/sn' de sırasıyla 5 tekrar, 10 tekrar ve 15 tekrar olacak şekilde uygulanmıştır. Diz fleksiyon ve ektensiyon (H/Q) hareketleri konsantrik-konsantrik modda baskın ve baskın olmayan bacak için ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların vücut ve bacak kompozisyonları biyoimpedans analizi aracılığıyla belirlenmiştir.

Bulgular: Vücut kompozisyonu değerlerinde baskın ve baskın olmayan bacak arasında anlamlı fark bulunmamasına rağmen, izokinetik diz kuvveti -özellikle yüksek 180˚/sn açısal hızda- baskın ve baskın olmayan taraf arasında anlamlı farklı elde edilmiştir (60˚/sn'de anlamlı fark yok). En yüksek zirve tork değerleri her iki bacakta da ekstensiyon&fleksiyon hareketinde 60˚/sn açısal hızda elde edilirken, en düşük zirve tork 300˚/sn açısal hızda belirlenmiştir. Farklı açısal hızlarda üretilen diz izokinetik kuvveti ile vücut ağırlığı, Vücut Kütle İndeksi (VKI), bacak&vücut yağ yüzdesi, bacak&vücut yağ kütlesi arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; elit erkek voleybolcularda baskın ve baskın olmayan bacak kompozisyonu arasında fark bulunmamakla birlikte diz izokinetik kuvveti yüksek açısal hızlarda anlamlı farklıdır. Vücut&bacak kompozisyonu (özellikle yağ yüzdesi ve yağ kütlesi) ile diz izokinetik kuvveti arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bu bulguların antrenörler, kondisyonerler ve rehabilitasyon uzmanlarına fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

The Relationship Between Knee Isokinetic Strength And Body Composition In Elite Male Volleyball Players

Introduction and Aim: The aim of this study is to (a) compare dominant and non-dominant leg compositions in elite male volleyball players, (b) compare isokinetic knee strength of dominant and non-dominant sides, and (c) investigate the relationship between isokinetic knee strength and body composition.

Method: 15 elite male volleyball players competing in the senior category volunteered in the study. Isokinetic strength knee flexion and extension (H/Q) in dominant and non-dominant legs were applied at 60˚/sec 180˚/sec, and 300˚/sec with 5 repetitions, 10 repetitions, and 15 repetitions, respectively. Knee flexion and extension (H/Q) movements were performed at concentric-concentric mode separately for dominant and non-dominant legs. Bioimpedance analysis was used to determine the body and leg compositions of the participants.

Results: Significant differences were observed between dominant and non-dominant legs in terms of isokinetic knee strength -particularly at 180˚/sec angular velocity- (no significant differences at 60˚/sec) even though no significant differences were observed between dominant & non-dominant sides in terms of body composition. The highest peak torque for extension & flexion movements for both legs was obtained at 60˚/sec angular velocity, whereas the lowest peak torque was obtained at 300˚/sec angular velocity. A significant and positive correlation was found between isokinetic knee strength generated at different angular velocities and body weight, Body Mass Index (BMI), leg & body fat percentage, and leg & body fat mass.

Conclusion: In conclusion, there were no differences between dominant and non-dominant leg compositions of elite male volleyball players; however, isokinetic knee strength was significantly different at high angular velocities. A positive correlation was found between body & leg composition (particularly fat percentage and fat mass) and isokinetic knee strength. These findings may be beneficial to coaches, conditioning trainers, and rehabilitation specialists.

SB261

YÜZME PERFORMANSINDA TERMOREGÜLATİF YANITLAR

***[1]Denizhan Türkmen*, [2]Çağdaş Güdücü, [3]Cem Şeref Bediz, [1]Erkan Günay**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Biyofizik Anabilim Dalı, İZMİR
[3]Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fizyoloji Anabilim Dalı, İZMİR

***Email :** denizhant89@gmail.com, cagdasguducu@gmail.com, cem.bediz@gmail.com, erkanswim@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Yüzme aktivitesinin gerçekleştirildiği suyun sıcaklığı birçok fizyolojik yanıtı da doğrudan etkilemektedir. Performans esnasında; artan ısı üretimine, ısı kaybı mekanizmalarının zayıf yanıtı fazladan bir fizyolojik yük oluşturduğundan kardiyovasküler yanıtları olumsuz etkileyebilmektedir. Yüzme performansı esnasında bu süreçler literatürde az sayıda çalışma tarafından araştırılmış ve tam olarak aydınlatılamamıştır.

Çalışmanın amacı, yüzme ısınması, geçiş aralıkları ve maksimal yüzme hızlarında termoregülatif yanıtların değerlendirilmesidir.

Metot: Araştırmaya yaş ortalaması 17,2 ± 3 olan ve aktif yüzme antrenman sürecine devam eden 8 müsabık yüzücü (671 fina puanı) katılmıştır. Yüzücülere, karada dinamik ısınma protokolünün (10 dakika) ardından 1200 metre (~25 dakika) su içi ısınma protokolü uygulanmıştır. Bu protokollerden sonra, 30 dakikalık aktif dinlenme aralığında kendi belirledikleri tempo ve hareket formları (esnetme, yürüme) ile karada aktif dinlenme fazları uygulanmış ve hemen bitiminde 100 metre maksimum sprint performans yüzme testi gerçekleştirilmiştir. Deney esnasında termal kamera ile kulak içi, göz çukuru ve alın bölgelerinden 9 ayrı zaman aralığında ve timpanik termometre ile 8 ayrı zaman aralığında sıcaklık değerleri kayıt altına alınmıştır. Termal kamera vücut sıcaklık yanıtlarını inceleyebilmek için tekrarlanan ölçümlerde üç yönlü ANOVA (3 x 9) testi ve timpanik sıcaklık değerleri için tek yönlü ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular: Tüm ölçüm bölgelerinde; baseline ile ısınma sonrası ve ısınma 30 dakika sonrası ile 100 m yüzme performansı sonrası arasında anlamlılık bulunmuştur (p= ,000). Göz içi sıcaklık verilerinde ise sadece ısınma sonrası ile başlangıç değerleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur (p= ,000). Timpanik sıcaklık ölçümlerinde; ısınma sonrası ve 20 dakikalık faz ile, kulak içi ve alın bölgerinde ısınma sonrası ve 10 dakikalık süre arasındaki verilerde tekrarlayan ölçümlerde istatistiksel olarak anlamlı artışlar bulunmuştur (p= ,000).

Sonuç: Bu bulgular su içinde gerçekleştirilen ısınma bölümünün perifer ve iç sıcaklık açısından ısı kazanımı sağlamadığı, ısınma sonrası deri sıcaklığında tolere edilebilir bir stres ortaya çıktığı ve aktif dinlenme ile 30 dakikada tekrar normale döndüğünü gösterir nitelikte olabilir.

THERMOREGULATIVE RESPONSES IN SWIMMING PERFORMANCE

Introduction and aim: The temperature of the water in which the swimming activities have been done is directly affecting the many physiological reactions. The heat dissipation mechanisms have limited response to the increased heat production during the performance. This limited response creates an additional load, and this can negatively affect the cardiovascular responses. In the swimming related literature, there are limited number of

studies which were investigated these thermoregulation processes. The current study aims to establish the thermoregulation mechanisms during the warm- up, transition phase and maximal sprints.

The current study aims to establish the thermoregulation mechanisms during the warm-up, transition phase and maximal sprints.

Methods: Eight actively competing swimmers (average age: 17,2 ± 3) participated to the study. All participants performed a dynamic warm-up protocol (10 minutes) on land first. Then, 1200 meters (~25 minutes) in-water warm-up protocol was applied in the swimming pool whose environmental conditions are standardized After these protocols, active rest on land were completed with self the tempo and movement forms (stretching, walking) determined by themselves in the 30-minute active rest interval and followed the 100 meters maximum sprint performance swimming test was performed. During the experiment, temperature values were recorded in 9 different time intervals from the ear, inner eye and forehead regions with a thermal camera and in 8 different time intervals with a tympanic thermometer. Three-way ANOVA (3 x 9) test on repeated measurements was used for examine thermal camera body temperature responses and one-way ANOVA for tympanic temperature values.

Results: In all measurement areas; The baseline was found to be statistically significant post warm-up, and post 30 minutes of warm-up was statistically signifiant post 100 m swimming performance (p=.000). In the tympanic measurements, there was a significant change between the post warm-up and post 20 minutes phase (p=.000). Also. In the ear and forehead measurements, there was a significant change between the post warm-up and post 10 minutes phase (p=.000).

Conclusion: These results may indicate that the warm-up period in water does not have any effects on peripherical and core temperature, a minor stress can be observed after the warm-up session and the temperature return to the normal level with the 30 minutes active recovery. Additionally, different temperature behaviors in the different measurement areas lead us to determine the standardized measurement areas for the swimming branch.

SB265

MAKSİMAL YÜKLENME SONRASI İÇİLEN SÜTÜN TOPARLANMA SONU TOTAL OKSİDAN VE TOTAL ANTİOKSİDAN DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Büşra Erkarakaş*, [1]Gamze Erikoğlu Örer**

[1]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi,Sağlık Bilimleri Fakültesi,Spor Bilimleri Bölümü

***Email :** b.erkarakas123@gmail.com, basketball.08@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırma maksimal yüklenme sonrası içilen sütün toparlanma sonrasında total antioksidan ve total antioksidan değerlere etkisinin olup olmadığını belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmaya antrenmanlı 10 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara 3 kez koşu bandında birer hafta arayla maksimal test uygulanmıştır. Egzersiz testine 8 km/s başlanmış, 3dk'da bir hız 1km/s artırılarak sporcular testi bırakana kadar sürdürülmüştür. İlk hafta ölçümde sporcuların koşu bandı testi öncesinde boy, vücut ağırlığı, yaş değerleri kaydedilmiştir. Sporcuların total antioksidan kapasite (TAS) ve total oksidan kapasite (TOS) değerlerinin belirlenmesi amacıyla egzersiz öncesi, egzersiz sonrası ve toparlanma sonrası venöz kan örnekleri alınmıştır. Egzersiz öncesinden toparlanma sonuna kadar kalp atım hızları polar telemetrik sistemle takip edilmiştir. Egzersiz öncesi, egzersiz sırasında, egzersiz sonrası kan laktat değerlerine bakılmıştır. İkinci hafta ölçümünde sporculara egzersizden hemen sonra 500 ml az yağlı süt içirilmiştir. Sporcuların egzersiz sonrası ve toparlanma sonu venöz kan örnekleri alınmıştır. Kalp atım hızları yakın takip edilmiş ve kan laktat değerleri egzersiz öncesi, egzersiz sırasında ve egzersiz sonrası şeklinde ölçülmüştür. Üçüncü hafta ölçümünde ise sporculara egzersizden hemen sonra 500 ml ballı süt içirilmiş ve aynı uygulama tekrar edilmiştir. 3 hafta boyunca sporcuların egzersizden sonraki toparlanma süreci takip edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Çalışma sonucunda, tüketici bir egzersizde her üç ölçümde de kan laktat ve kalp atım hızı anlamlı yükselmiştir. Süt içiminden sonra kalp atım hızı toparlanma süresi sonunda daha düşük belirlendi. Ancak bu kan laktat ve toparlanma süresine yansımadı. Bu sonuçlarla maksimal egzersizden hemen sonra tüketilen süt ve ballı sütün hem total oksidan hem de total antioksidan düzeyine etkisi olmadığı söylenebilir. Anahtar Kelimeler: Süt, toparlanma, total antioksidan, total oksidan

The Effect Of Drinking Milk After Maximal Loading On Total Oxidant And Total Antioxidant Values At The End Of Recovery

Introduction and Pupose: This study aimed to determine whether the milk consumed after maximal loading has an effect on total antioxidant and total antioxidant values after recovery.

Method: 10 athletes were volunteered to participate into study. The maximal test protocole was applied 3 times on treadmill one week apart to athletes. Exercise test protocole was initiated with 8 km/s pace on the beginning while the it was increased 1 km/s more after every 3 minute until the athletes quited the test. Prior to testing, some demographical measurements were conducted on athletes regarding height, weight and age. Venous blood samples were taken before exercise, after exercise and after recovery to determine the total antioxidant capacity (TAS) and total oxidant capacity (TOS) values of the athletes. Heart rate was monitored by polar telemetric system from pre-exercise to the end of recovery. Blood lactat levels were measured pre-exercise, post-exercise and after recovery. Athletes were instructed to drink 500 ml light milk at the second week of testing. Venous blood

samples were taken post exervise and after recovery. Heart rates were closely monitored and blood lactate values were measured pre, during, and post- exercise. In the third week measurement, 500 ml of milk with honey mix was given to the athletes immediately after the exercise and the same procedure was followed. Athletes recovery speed after the exervise was monitored for three weeks.

Results and Conclusion: As a result of this study, blood lactate and heart rate increased significantly in all three measurements in a exhausting exercise. After drinking the milk, heart rate was found to be lower after the recovery process. However this result did not lead to any influence on blood lactat levels and recover speed. As consclusion, it can be argued that milk or honey milk mix consumed right after the maximal exercise did not lead to any changes on both total oxidant and total antioxidant levels.

Key words: Milk, recovery, total antioxidant, total oxidant

SB272

ELİT GÜREŞÇİLERDE DİNAMİK-STATİK DENGE VE PROPRİOSEPTİF DUYUYU ETKİLEYEN BAZI FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ VE İLİŞKİLENDİRİLMESİ

***[1]Recep AYDIN*, [1]Ali ÖZKAN, [2]Gülfem ERSÖZ**

[1]Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BARTIN
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** raydin@bartin.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, elit düzey güreşçilerin, dinamik-statik denge ve proprioseptif duyularını etkilediği düşünülen bazı faktörlerin belirlenmesi ve ilişkilendirilmesidir. Çalışmaya toplam 13 gönüllü elit serbest sitil güreşçi katılmıştır. Katılımcıların vücut ağırlıkları, boy uzunlukları, vücut yağ oranları, çevre ve uzunluk ölçümleri, bacak hacmi ve kütle ölçümleri, WAnT, aktif-skuat sıçrama testleri, proprioseptif duyu ölçümleri, statik ve dinamik denge test ölçümleri alındıktan sonra tanımlayıcı istatistikleri belirlenmiştir. Daha sonra statik-dinamik denge ve proprioseptif duyu ölçümleri ile vücut yağ oranları, çevre- uzunluk ölçümleri, bacak hacmi ve kütle ölçümleri, Wingate anaerobik güç testi (WAnT) ve dikey sıçramadan (aktif-skuat) alınan değerler ile ilişki testine bakılmıştır. Yapılan Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon analizleri sonucunda statik denge ölçümleri ile çevre ve uzunluk ölçümleri, genel yağ yüzdesi ve kütlesi ölçümleri, WAnT anaerobik performans ölçümleri, sıçramadan elde edilen anaerobik performans ölçümleri, alt ekstremite kütle ölçümleri, alt ekstremite hacim ölçümleri, alt ekstremite izoinersial kuvvette dengesizlik ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p>0.05$). Ayrıca, dinamik denge ölçümleri ile alt ekstremite çevre ve uzunluk ölçümleri, WAnT anaerobik performans ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p>0.05$). Bununla beraber, proprioseptif eklem açısı sapma değerleri ile alt ekstremite yağ ve kütlesi ölçümleri, WAnT anaerobik performans ölçümleri, sıçramadan elde edilen anaerobik performans ölçümleri, alt ekstremite izoinersial kuvvette dengesizlik ölçümleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p>0.05$). Sonuç olarak, çalışmadaki bulgular güreşçilerin sol bacak ve sağ bacaklarındaki denge ve açısal sapma hata oranlarının belirleyici faktörleri farklıdır. Özellikle sporcular üzerinde, sol bacak denge ve açısal sapma hatalarını en aza indirmek için proprioseptif performansı artırıcı antrenman modülleri uygulanması gerekmektedir.

Anahtar Sözcükler: Dinamik denge, Güreş, Proprioseptif, Statik denge.

Determination And Correlation Of Some Factors AffectinDynamic-Static Balance And Proprioception In Elite Wrestlers

The aim of this study is to determine and relate some factors that are thought to affect the dynamic-static balance and proprioceptive senses obtained from elite level wrestlers. A total of 13 volunteers elite free style wrestlers participated in this study. Descriptive statistics were determined after taking body weights, height, body fat ratios, circumference-length measurements, leg volume and mass measurements, WAnT, active-squat jump tests, proprioceptive sensoe measurements, static-dynamic balance test measurements. Then, the relationship between static-dynamic balance and proprioceptive sensory measurements, body fat ratios, circumference-length measurements, leg volume and mass measurements, Wingate anaerobic power test (WAnT) and vertical jump (active-squat) values were examined. As a result of Pearson Products Moment Correlation analysis, a significant relationship was found between static balance measurements and perimeter and length measurements, fat percentage and mass, WAnT anaerobic performance values, anaerobic performance values obtained from the jump, lower extremity mass values, lower extremity volume values, lower extremity isoinersial unbalance

measurements. ($p > 0.05$). A significant relationship was found between dynamic balance measurements and lower extremity circumference-length measurements and WAnT anaerobic performance values ($p > 0.05$). A significant relation was found between proprioceptive joint angle deviation values and lower extremity fat and mass measurements, WAnT anaerobic performance values, anaerobic performance values obtained from the jump, and lower extremity isoinertial unbalance measurements ($p > 0.05$). As a result, the determining factors of the balance and angular deviation error rates of the wrestlers' left and right legs are different. In particular, training modules that increase performance should be applied on left leg balance and angular deviation errors.

Keywords: Dynamic balance, Proprioceptive, Statik balance, Wrestling.

SB275

FONKSİYONEL ANTRENMANIN ADÖLESAN GÜREŞÇİLERDE ÇEVİKLİK VE DİKKAT ÖZELLİĞİNE ETKİSİ

[2]Dilek Sevimli, [1]Ali Kamil Güngör

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa
[2]Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Adana

Email : *dilek.sevmli@gmail.com, alikamilgungor@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Güreş, yüksek yoğunlukta kısa süreli yüklenmelerin doğru karar verme becerileri ile çabuk yön ve seviye değiştirme ve manevra yapabilme yeteneğinin öne çıktığı bir mücadele sporudur. Fonksiyonel antrenmanın adölesan güreşçilerin çeviklik ve dikkat özelliğine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Adana İsmet Atlı Güreş Eğitim Merkezi'nde antrenman yapan 12-16 yaş arasındaki 25 erkek güreşçi gönüllü olarak katılmıştır. Güreşçilere 8 haftalık güreş branşına özgü hareketlerden oluşan fonksiyonel antrenman programı uygulanmıştır. antrenman programının uygulanmasından önce ve sonra T çeviklik testi ve reaksiyon zamanı testi (Fitlight Junior TR) yapılmıştır. Verilerin analizi SPSS 21.0 istatistik paket program ile yapılmıştır. Veri normalliğinin tespitinde Shapiro Wilk testi kullanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için ön-son test değerlerin karşılaştırılmasında Paired Samples T – Testi, guruplar arası karşılaştırmasında ise Independent Samples T - Testi uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel yorumlanmasında anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Uygulanan 8 haftalık fonksiyonel antrenman sonucunda guruplar arası son-test karşılaştırmasında çalışma gurubu güreşçilerin çeviklik performanslarının kontrol gurubu güreşçilerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha çok geliştiği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Reaksiyon zamanı performansında ise sıralı seri mod testi dördüncü seri son-test karşılaştırmasında çalışma gurubu lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Rastgele mod testinde guruplar arası anlamlı farklılık bulunmamıştır. Rastgele mod ve tümü açık mod değişkenlerinin tümünde hem çalışma hem de kontrol gurubu, gurup içi karşılaştırmalarında anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Çalışma gurubu sıralı mod testinde birinci, üçüncü ve altıncı serilerde, kontrol gurubunda ise birinci seride anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Sonuç: Fonksiyonel antrenman çalışmasının güreşçilerin çeviklik özelliğini geliştirdiği, reaksiyon zamanı performansının bazı parametrelerinde seçme ve tepki gösterme süresinin kısaltılmasına olumlu etkisi olduğu görülmektedir. Güreşte yüksek yoğunluktaki maksimum dikkat gerektiren hareketlerin sayısı ve uyarı aralıkları ve yönü dikkate alındığında fonksiyonel antrenman programının antrenman planı içerisinde yer almasının yararlı olacağı değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fonksiyonel Antrenman, Güreş, Çeviklik, Reaksiyon Zamanı

ID:11120 kodlu araştırma Çukurova Üniversitesi Bilimsel araştırma Projeleri (Ç.Ü.BAP) birimi tarafından desteklenmiştir

THE EFFECT OF FUNCTIONAL TRAINING ON AGILITY AND ATTENTION FEATURES IN ADOLESCENT WRESTLERS

Introduction and aim: Wrestling is a combat sport in which the ability to make the right decision in high-intensity short-term loads and the ability to quickly change direction and level and maneuver. It is aimed to examine the effect of functional training on the agility and attention features of adolescent wrestlers.

Method: Twenty-five male wrestlers between the ages of 12-16, training in Adana İsmet Atlı Wrestling Training Center, voluntarily participated in the study. An 8-week functional training program consisting of movements specific to the wrestling branch was applied to the wrestlers. T agility test and reaction time test (Fitlight Junior-TR) were conducted before and after the implementation of the training program. The analysis of the data was made with the SPSS 21.0 statistical package program. Shapiro Wilk test was used to determine data normality. As the data showed normal distribution, Paired Samples T-Test was used for comparison of pre-post test values, and Independent Samples T-Test was used for intergroup comparison. The level of significance in the statistical interpretation of the data was determined as $p < 0.05$.

Result: As a result of the 8-week functional training applied, it was determined that the agility performances of the experimental group wrestlers improved significantly more than the control group wrestlers in the post-test comparison between the groups ($p < 0.05$). In terms of reaction time performance, a significant difference was detected in favor of the experimental group in the comparison of sequential series mode test fourth series post-test ($p < 0.05$). Significant differences were found in the all random mode and open mode variables in both experimental and control group, within-group comparisons ($p < 0.05$). Significant differences were found in the sequential mode test of the study group in the first, third and sixth series and in the first series in the control group in the comparisons within the group.

Conculusion: It is seen that functional training improve the agility of wrestlers and have a positive effect on shortening the selection and response duration in some parameters of reaction time performance. Considering the number of high intensity movements that require maximum attention, stimulus intervals and change direction in wrestling, it is evaluated to be beneficial of include a functional training program in the training plan.

Key words: Functional Training, Wrestling, Agility, Reaction Time

SB282

12 HAFTA UYGULANAN REFORMER PİLATES EGZERSİZLERİNİN MERKEZ BÖLGE (CORE) KAS KUVVETİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Gülçin Usta, [1]Özdemir Atar

[1]Çanakkle On Sekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakultesi

Email : *gulcinusta92@gmail.com, ozdemir@comu.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı 12 hafta uygulanan reformer pilates egzersizlerinin sedanter kadınlarda merkez bölge (core) kas kuvveti üzerine etkisini incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalaması 21.4± 0.5 yıl olan düzenli spor yapmayan ve daha önce pilates yapmamış 18 kadın gönüllü olarak katılım göstermiştir. Katılımcılara haftanın 3 günü 60 dk pilates metoduna uygun özel dirençlerle aletli pilates makinalarında (cadillac, reformer, tower reformer, combo chair, ladder barell) pilates egzersizleri uygulanmıştır. Çalışma başında ve sonunda katılımcıların plank testi, mekik (core) testi, lateral köprü performans testleri değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışmada elde edeilen veriler SPSS programında değerlendirilmiş olup, araştrmaya katılan gönüllülerin Yaş ortalamaları 31,72±7,25, fiziksel özelliklere ait boy ortalamaları 164,17±7,54 ve vücut ağırlığı ortalamaları 62,33±7,56 olarak tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda çalışmaya katılan gönüllülerin mekik, plank ve squat ön test ve sont test değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmişken ($p<0.05$), lateral köprü performans değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır ($p>0.05$)

Sonuç: Araştırma sonuçlar 12 haftalık pilates egzersizlerinin sedanter kadınların merkez bölge (kor) kas kuvveti üzerinde etkisini ortaya koymuştur. Bu doğrultuda core bölge olarak adlandıran ve insan hareket sisteminin temelini oluşturan, sağlıklı bir omurgaya sahip olmanın yollarından biri, core bölgesi kaslarının dengeli bir şekilde güçlendirmekten geçmektedir. Derin core kasları yada pilates de güç merkezi (powerhouse) denilen güç evi pilates egzersizlerinin temelidir.Core bölgesinin kuvvetli ve esnek olması kişinin günlük yaşam kalitesini artıracaktır. Pilates egzersizlerinin amacı uzun ve kuvvetli postür ve kas sistemine sahip olmanın yanı sıra özellikle hareket pozisyonlarının kontrol edilmesi ve transfer edilmesidir. Bu sebeple araştırmamızın amacı sedanter kadınlarda 12 haftalık reformer pilates egzersizleri merkez bölge (core) kas kuvvet performansını geliştirmede etkili bir yöntem olarak önerilebilir.

Anahtar Kelime: Kore Stabilizasyon, Pilates, Matwork, Egzersiz, Kuvvet

INVESTİGATİON OF THE EFFECT OF 12-WEEK REFORMER PİLATES EXERCİSES ON (CORE) MUSCLE STRENGTH

Aim: The aim of this study was to to do 12 weeks reformer exercises to write on core muscle strength in sedentary women.

Methods: The study group was eighteen women who did not exercise regularly and who had not done pilates before, with a mean age of 21.4 ± 0.5 years, voluntarily participated. Pilates exercises were applied to the participants 3 days a week for 60 minutes with special resistances in accordance with the pilates method on

instrument pilates machines (cadillac, reformer, tower reformer, combo chair, ladder barell). Plank test, core test, lateral bridge performance tests of the participants were evaluated at the beginning and end of the study. Results: The data obtained in the study were evaluated in the SPSS program, and the average age of the volunteers participating in the study was determined as 31.72 ± 7.25, the average height of the physical characteristics 164.17 ± 7.54 and the average body weight as 62.33 ± 7.56.

As a result of the study, a significant difference was found in the shuttle, plank and squat pre-test and postt test values of the volunteers ($p < 0.05$), while no statistically significant difference was found between the lateral bridge performance values ($p > 0.05$) Conclusions: The results of the research revealed the effect of 12-week pilates exercises on the core (core) muscle strength of sedentary women. Accordingly, one of the ways to have a healthy spine, which is called the core region and forms the basis of the human movement system, is to strengthen the core muscles in a balanced way. Deep core muscles or the powerhouse called the powerhouse in pilates is the basis of pilates exercises. Strong and flexible core area will increase the quality of daily life of the person. The purpose of Pilates exercises is to have a long and strong posture and muscular system, as well as to control and transfer especially movement positions. For this reason, the purpose of our study is that 12-week reformer pilates exercises can be recommended as an effective method to improve core muscle strength performance in sedentary women.

Keywords: Core Stability, Pilates , Matwork, Exercise, Strength

SB285

KADIN GÜREŞÇİLERDE FONKSİYONEL HAREKET VE POSTÜRAL STABİLİZASYON ARASİNDA İLİŞKİ VAR MIDIR?

***[1]Erhan KARA*, [1]Sercan ÖNCEN, [2]İsa SAĞIROĞLU, [2]Özgür DİNÇER**

[1]Tekirdağ, Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,Tekirdağ
[2]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi,Edirne

***Email :** ekara@nku.edu.tr, soncen@nku.edu.tr, isasagiroglu@trakya.edu.tr, ozgrdncr@gmail.com*

Giriş:Sporcuların güreş müsabakaları sırasında maruz kaldıkları yüksek şiddette dirençlerden dolayı denge ve fonksiyonel hareketlerde birtakım bozulmalar sonucu yaralanma riskinde artış meydana gelmektedir. Güreş benzeri mücadele ve yakın temas gerektiren birçok spor dalında özellikle rakibe karşı kuvvet uygularken dengenin korunmasında postüral stabilitenin önemi oldukça fazladır.

Amaç: Bu araştırmanın amacı, kadın güreşçilerin fonksiyonel hareket tarama testi skorları ile postüral stabilizasyon indeksi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yöntem: Araştırmaya 19 kadın güreşçi (yaş 22.94 ± 2.67 yıl, vücut ağırlığı 61.63 ± 7.25 kg, boy uzunluğu 165.37 ± 5.17 cm) katıldı. Katılımcıların hareket kabiliyetlerinin belirlenmesinde 7 farklı ölçümden oluşan Functional Movement Screen™ (FMS™) test bataryası kullanılırken, statik denge ölçümünde ise portatif kablosuz denge ölçüm sistemi kullanıldı (Tecnobody Prokin 200 Bergamo/Italy). Tüm statik denge ölçümleri 30 saniyelik gözler açık protokol ile, çift bacak ve tek bacak (dominant ve non-dominant) postüral stabilizasyon indeksi (PSI) sonuçları üzerinden değerlendirildi. Verilerin istatistiksel analizinde katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri yapılırken, PSI ve FMS™ skorları arasındaki ilişkinin değerlendirmesinde Spearman korelasyon analizi yapıldı. Tüm istatistiksel hesaplamalarda IBM SPSS paket programı kullanıldı.

Bulgular ve Sonuç: Sporcuların PSI dominant ve non-dominant bacak ile Hurdle Step (HS) ve Turnk Stability Push Up (TSPU) değerleri arasındaki negatif yönlü korelasyon olduğu bulundu. Ayrıca sporcuların PSI non-dominant bacak, PSI dominant bacak ve PSI çift bacak ile FMS™ toplam skorları arasında negatif yönlü korelasyon olduğu tespit edildi.

Is There A Relationship Between Functional Movement And Postural Stabilization For Female Wrestlers?

Introduction: Due to the high intensity resistance that athletes are exposed to during wrestling competitions, there is an increase in the risk of injury as a result of some deterioration in balance and functional movements. The importance of postural stability in maintaining balance is considerably high especially when applying force against the opponent in many sports branches that require struggle and close contact, such as wrestling.

Purpose:The aim of this study is to examine the relationship between functional movement screening test scores of the female wrestlers and postural stabilization index. Method:19 female wrestlers (age 22.94 ± 2.67 years, body weight 61.63 ± 7.25 kg, height 165.37 ± 5.17 cm) participated in the study. While the Functional Movement Screen™ (FMS™) test battery consisting of 7 different measurements was used to determine the mobility of the participants, a portable wireless balance measurement system was used for static balance measurement (Tecnobody Prokin 200 Bergamo / Italy). All static balance measurements were evaluated using the double leg

and single leg (dominant and non-dominant) postural stabilization index (PSI) results with a 30-second eyes open protocol. Spearman correlation analysis was carried out in evaluating the relationship between PSI and FMS™ scores while descriptive statistics of the participants were made in the statistical analysis of the data. IBM SPSS package program was used in all statistical calculations.

Findings and Result: A negative correlation was found between the PSI dominant and non-dominant leg and Hurdle Step (HS) and Trunk Stability Push Up (TSPU) values of the athletes. In addition, a negative correlation was found between the PSI non-dominant leg, PSI dominant leg and PSI double leg and FMS™ total scores of the athletes.

SB286

2019 DÜNYA ŞAMPİYONASINA KATILAN KİCK BOKS SPORCULARININ FİZİKSEL PROFİLLERİNİN ESNEKLİK DÜZEYLERİ VE BAŞARI DURUMLARIYLA İLİŞKİSİ

***[1]Pınar Tatlıbal*, [2]Saadet Beyza Özer**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir
[2]Buca Halk Eğitim Merkezi, İzmir

***Email :** pinartatlibal@hotmail.com, beyzademirbek@hotmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Sporcuların sikletlerine göre yarışmalarda performans göstermeleri, aynı zamanda fiziksel yeterliliklerini koruyabilmeleri kick boks branşında fiziksel profilin önemini daha da belirginleştirmektedir. Bunun yanı sıra tekme varyasyonlarının çokça kullanıldığı kick boks branşında esnekliğin performansa etkisinin bilinmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Araştırmacılar, başarı için önemli sayılan gereklilikleri belirleyebilmek ve bu özellikleri fiziksel, fizyolojik ve psikolojik anlamda tanımlayabilmek için üst düzey sporcular üzerine yoğunlaşma eğilimimdedirler. Planlanan bu çalışmayla, 2019 Kick Boks Dünya Şampiyonası'na katılan sporcuların güncel fiziksel profil ve esneklik verilerine ulaşılmasının, sporcuların başarı durumlarının bu verilerle ilişkisinin değerlendirilmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşülmektedir. Bu nedenle çalışmanın amacı 2019 Dünya Şampiyonasına katılan kick boks sporcularının fiziksel profillerinin esneklik düzeyleri ve başarı durumlarıyla ilişkisinin araştırılmasıdır.

YÖNTEM Tüm katılımcıların boy uzunluğu ultrasonik boy ölçer (Langen Messstab 5003, Almanya) ile çıplak ayakla ölçülmüştür. Vücut ağırlığı, yağsız vücut ağırlığı ve vücut yağ yüzdeleri yağ yüzdesi ölçer (Tanita UM 073, Japonya) ile çıplak ayakla ölçülmüştür. Boy ve vücut ağırlığı verilerinden beden kütle indeksleri kg / boy (cm)^2 formülü ile hesaplanmıştır. Sporcuların esneklik ölçümleri esneklik ölçüm sehpasında (S&R Sit and Reach, Türkiye) yapılmıştır. İki kere yapılan ölçümlerden en iyisi sonuç olarak kaydedilmiştir. Yarışma resmi sonuçlarına göre her kategoride ilk 4 sporcu arasında yer alan sporcular (yani madalya alan sporcular) başarılı sporcular grubunda değerlendirilmiştir.

BULGULAR Kick boks sporcularının fiziksel profillerinin ve esneklik düzeylerinin başarı durumlarına anlamlı bir etkisi bulunmamıştır ($p>0.05$).

SONUÇ Bu çalışmada Kick Boks 2019 Dünya Şampiyonası'ında full contact, kick light, point fight ve team point fight branşlarında yarışan kadın ve erkek sporcuların esneklik düzeylerinin ve fiziksel profil değerlerinin başarılarına anlamlı bir etki etmediği bulunmuştur.

The Relationship Between Physical Profiles Of Kick Boxing Athletes Participating In The 2019 World Championships With Their Flexibility Levels And Their Success Status

INTRODUCTION AND AİM The fact that athletes can perform in competitions according to their weight and maintain their physical competence further highlights the importance of physical profile in kickboxing. In addition, it is thought that it is necessary to know the effect of flexibility on performance in kickboxing where kicking variations are widely used. Researchers tend to focus on high-level athletes in order to identify requirements that are deemed important for success and to define these characteristics physically, physiologically and

psychologically. With this planned study, it is thought that reaching the current physical profile and flexibility data of the athletes participating in the 2019 Kick Boxing World Championship and evaluating the relationship between the success of the athletes with these data will contribute to the literature. For this reason, the aim of the study is to investigate the relationship between the physical profiles of kickboxers participating in the 2019 World Championship and their level of flexibility and success.

METHOD The height of all participants was measured with bare feet using an ultrasonic height meter (Langen Messstab 5003, Germany). Body weight, lean body weight and body fat percentages were measured in bare feet with the fat percentage meter (Tanita UM 073, Japan). Body mass indices were calculated with the formula kg / height (cm) ^{2} from the height and weight data. Athletes flexibility measurements of flexibility in measuring stand (S & R Sit and Reach, Turkey) have been made. The best of the measurements made twice was recorded as the result. According to the official results of the competition, the athletes among the top 4 athletes in each category (that is, the athletes who received medals) were evaluated in the group of successful athletes.

CONCLUSIONS There was no significant effect of the physical profiles and flexibility levels of kickboxers on their success ($p>0.05$).

SB288

ERKEK SPORCULARDA 30 METRE SPRİNT PERFORMANSINI ETKİLEYEN BAZI FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

[1]Beytullah ERTÜRK, [1]Mustafa Alper MÜLHİM, [1]Ali ÖZKAN, [1]Ayça GENÇ

[1]Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BARTIN

Email : *mmulhim@bartin.edu.tr, aliozkan@bartin.edu.tr, aycagenc@bartin.edu.tr*

Bu çalışma erkek sporcularda 30 metre sprint performansını etkileyen bazı faktörlerin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmaya Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümünde okuyan toplam 30 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Sprint performansının belirlenmesinde 30 metre sprint testi, fule uzunluğu ve fule sayısı kullanılmıştır. Esnekliğin belirlenmesinde otur-uzan testi kullanılırken toplam kuvvet, pençe kuvveti, sırt kuvveti ve bacak kuvvetinin belirlenmesinde ise izometrik bacak-sırt dinamometresi kullanılmıştır. Anaerobik performansın belirlenmesinde ise aktif sıçrama testi kullanılmıştır. Sprint performansı, esneklik, toplam kuvvet, pençe kuvveti, sırt kuvveti ve bacak kuvveti ve anaerobik performans değerleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Pearson Product Moment Korelasyon Katsayısı yöntemi kullanılmıştır. 30 metre sprint performansı ile sırt kuvveti ($r=-.499$; $p<.05$) ve toplam kuvvet ($r=-.620$; $p<.05$) arasında ilişki bulunurken diğer değişkenlerde herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Sonuç olarak 30 metre sprint performansını belirlemede toplam kuvvet ve sırt kuvveti belirleyici rol oynamaktadır.

The Effects Of Some Variables In Determining 30 Meter Sprint Performances In Male Athletes

The purpose of this study was to determination of the effects of some variables in determining 30 meter sprint performance in male athletes. A total 30 male students from Faculty of Sport Sciences of Bartın University participated in this study voluntarily. Sit and reach test was used to determination of flexibility. Isometric dynamometerv was used to determination of knee, back, grip and total strength. Sprint ability was determined by 30 meter single-sprint, fule length and number of fule. Counter movement jump was determined by Anaerobic performance. Results of Pearson product moment correlation analysis, 30 meter single sprint was significantly correlated with back strength ($r=-.499$; $p<.05$) and total strength ($r=-.620$; $p<.05$). As a conclusion, the findings of present study indicated that back and total strength plays important role in 30 meter sprint performance.

SB297

WİNGATE TEMELLİ YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMANIN KİCK BOKSÇULARIN AEROBİK VE ANAEROBİK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Mustafa Şakir Akgül, [1]Barış Yılmaztürk, [3]Melike Nur Akgül

[1]Milli Savunma Üniversitesi, ANKARA
[2]Kastamonu Üniversitesi, KASTAMONU
[3]Karabük Üniversitesi, KARABÜK

Email : *msakirakgul@gmail.com, byilmazturk02@gmail.com, nuurakgul@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Son dönemlerde kısa süreli uygulanan yüksek şiddetli interval antrenman metotlarının hem sedanterler hem de sporcular üzerinde olumlu etkiler ortaya çıkardığı bildirilmektedir. Ancak bu antrenman yöntemlerinin dövüş sporcuları üzerinde etkilerini inceleyen çalışma sayısı yok denecek kadar azdır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı iki hafta süreyle uygulanan yüksek şiddetli interval antrenmanın kick boksçuların aerobik ve anaerobik performansı üzerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 24 erkek kick boksçu (yaş 19.39 ± 0.72 yıl, boy 177.95 ± 5.29 cm) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele olarak çalışma ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Çalışma grubuna antrenman rutinlerine ek olarak haftada 3 gün wingate temelli yüksek şiddetli interval antrenman programı gün aşırı uygulanmıştır. Bu program, 10 dakika ısınma akabinde Wingate test protokolü, antrenman metodu olarak 4 dakika dinlenme aralarıyla ilk hafta 4 kez, ikinci hafta ise yine 4 dakika dinlenme aralarıyla 5 kez olarak uygulanmıştır. Katılımcıların çalışma öncesi ve sonrasında aerobik performanslarını belirlemek amacıyla 20m shuttle run testi, anaerobik performanslarını belirlemek içinde wingate anaerobik test (WAnT) uygulanmıştır. Değişkenlerin ortalama değerlerini ve standart sapmalarını göstermek için tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır. Gruplar arası farkın belirlenmesinde Non-Parametrik Mann Whitney-U Test, gruplar içi öntest ve sontest verilerinin karşılaştırılmasında ise Wilcoxon Signed-Rank Test kullanılmıştır. Bulgular: Ön test ölçümlerinde tüm parametrelerde gruplar arası anlamlı farka rastlanmamıştır. Son test, Peak power (PP) ve Mean power (MP) parametrelerinde çalışma grubunda sırasıyla (p=0,00), (p=0,01), kontrol grubu ile karşılaştırıldığında anlamlı fark tespit edilmiştir. VKİ, Vücut yağ oranları ve tahmini VO2max parametrelerinde gruplar arasında anlamlı farka rastlanmamıştır.

Sonuç: Grup içi ve gruplar arası sonuçlar incelendiğinde, iki hafta süre ile uygulanan wingate temelli yüksek şiddetli interval antrenman

Effect Of Wingate-Based High Intensity Interval Training On Aerobic And Anaerobic Performance Of Kick Boxers

Purpose: The aim of this study was to investigate the effects of two-week high intensity interval training (HIIT) on aerobic and anaerobic performance of kick boxers.

Material: 24 male kick boxers (age 19.39 ± 0.72 y, body mass 74.14 ± 6.22 kg, height 177.95 ± 5.29 cm) volunteered for the study. Participants were randomly divided into two groups: experimental and control. As well as routine training program, experimental group carried out Wingate-based HIIT 3 times per week for two weeks. Wingate protocol was as follow: 4 repetitions with 4 mins recovery (4X30sn all-out effort) during the first week, 5

repetitions with 4 mins recovery (5X30sn all-out effort) during the second week. In order to determine aerobic capacity, 20m shuttle run test was used while Wingate anaerobic test was used to determine anaerobic performance. Descriptive statistic was used to demonstrate mean values and standard deviation of the variables. Non-parametric Mann Whitney-U test was used to show the differences between groups. Wilcoxon Signed Rank Test was used to compare intra-groups results from pre and post-test applications. Results: There was no significant difference between groups during pre-test measurements There was significant difference in PP, MP in experimental group compared to control during the post-test measurements. There was no difference in body mass, body fat (%) and predicted VO2max in both groups between measurements.

Conclusions: According to intra and inter-group results, it can be concluded that two-week Wingate-based HIIT can be used to improve aerobic and anaerobic performances of kick boxers.

SB321

İSPANYA MAÇ ANALİZLERİYLE DE 2020 AVRUPA HENTBOL ŞAMPİYONU OLABİLDİ Mİ?

[2]Murat Bilge, [2]Gökhan Deliceoğlu, [1]Berkan Otman, [3]Atakan Otman

[1]Türkiye Hentbol Federasyonu, Ankara
[2]Kırıkkale Üni. Spor Bilimleri Fak. Kırıkkale
[3]21 Way Pilates, Ankara

Email : *muratbilge@gmail.com, deliceoglugokhan@gmail.com, berkanhentbol@gmail.com, atakan.otman@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Avrupa hentbolu, Dünya Şampiyonaları ve Olimpiyatlardaki üstünlükleriyle beraber, Dünya hentbolunun lokomotifi olduğunu göstermiştir. 2020 Erkekler Hentbol Avrupa Şampiyonası'nın finalistleri İspanya ve Hırvatistan olmuştur. Bu araştırmanın amacı, finalistlerin Avrupa Şampiyonası'nda oynadığı maçların analizini yorumlayarak başarıyı getiren parametrelerle ilgili geribildirimler elde etmektir.

Yöntem: Finalist iki takımın oynadıkları maçlar 72 parametrede video analiz yöntemiyle raporlandırılmıştır. Hücum-atış ve kaleci etkinliği, pozisyon atış başarısı, pozitif ve negatif hücum parametreleri, hücum tercihleri ile eşit-eksik-fazla savunmaya hücum etkinlikleri arasındaki farklılıklar Mann Whitney U-testi ile değerlendirilmiştir. Ayrıca iki finalistin turnuvada ilk grupta, eleme grubunda ve yarıfinal ile finalde oynadıkları maçlardaki farklılıklar için eta kare istatistiği yapılmıştır.

Bulgular: Genel olarak bakıldığında; çizgi-7m-9m atışlarında, toplam atış etkinliği, asist, top çalma, hızlı hücum etkinliği, basit hızlı hücum etkinliği ve 6:6 hücum etkinliğinde İspanya lehine anlamlı farklılıklar görülürken, kaleci etkinliği, blok, hücum faul yaptırma parametrelerinde ise Hırvatistan başarısı dikkat çekmektedir ($p<0,05$). Diğer parametrelerde istatistiksel farklılık yoktur. İspanya ve Hırvatistan'ın grup ve final maçlarında 6m-7-9m, 9 m üzeri atış etkinliğinde, hızlı hücum ve kaleci kurtarışları parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,05$).

Sonuç: İspanya ve Hırvatistan'ın, ilk grupta, eleme grubunda ve yarı final ile finalde rakiplerine karşı üstünlüğü görülmüştür. Birbirleriyle yaptıkları maçta İspanyayı öne çıkaran unsurların genelde hücum parametreleri olduğu tespit edilirken, bazı savunma parametrelerinin Hırvatistan lehine olması; genel takım taktik stratejilerini ortaya koymuştur. İspanya ilk grup maçlarında gösterdiği yüksek atış etkinliği, 6m atışları hariç diğer maçlarda azalırken, ikinci grup maçlarında ise 6m atış ve kaleci kurtarışlarında artış görülmüştür. Final maçlarında ise 7-9m atış ve toplam gol sayılarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Hırvatistan'ın ise ilk grup maçlarında 6m, 7-9m atış ve kaleci etkinliğinin, ikinci grup maçlarında ise 7-9m, 7-9m ve 9m üzeri atış etkinliğinin arttığı görülmüştür. Final maçlarında ise hızlı hücum ve atış etkinliğinde diğer maçlara göre yüksek değerler belirlenmiştir. Bu sonuçlarla İspanya'nın sadece sıralamada değil analiz sonuçlarında da şampiyon olduğu söylenebilir.

Could Spain Also Become The 2020 European Handball Champion With Game Analysis?

Introduction and Purpose: European handball has proved to be the driving force of world handball, with its superiority in World Championships and Olympics. Spain and Croatia were the finalists of the 2020 Men's Handball European Championship.

The purpose of this research is to interpret the analysis of the matches played by the finalists in the European Championship, and to obtain feedback on the parameters that bring success. Method All matches played by the two finalist teams in the tournament were reported by video analysis method in 72 parameters. The differences between offense-shooting and goalkeeper efficiency, position shooting success, positive and negative attack parameters, attack options and equal-inferior-superior offense efficiency were analyzed with the Mann Whitney U-test. In addition, the eta square statistics were made for the differences between the two finalists in the first group, the qualifying group and the semi-final and final matches.

Findings: In general; 6m-7m-9m shots, total shooting efficiency, assists, steals, fast break efficiency, basic fast break efficiency and 6: 6 attack efficiency there are significant differences in favor of Spain, while Croatian success stands out in goalkeeper efficiency, block and offensive foul parameters. ($p < 0.05$). There is no statistical difference in other parameters. In the group and final matches of Spain and Croatia, a statistically significant difference is observed in the parameters of fast break and goalkeeper saves in 6m-7-9m, 9m over shooting efficiency ($p < 0.05$).

Result: Spain and Croatia had an obvious superiority against their opponents in the first group, the qualifying group and the semi-final and final matches. While it is determined that the elements that highlight Spain in their matches with each other are generally offensive parameters, some defensive parameters are in favor of Croatia; these findings revealed general team tactical strategies. While the high shooting efficiency of Spain in the first group matches decreased in other matches except 6m shots, there was an increase in 6m shooting and goalkeeper saves in the second group matches. In the final matches, it is seen that 7-9 meters shooting and total goal scores are higher. In Croatia, it was observed that 6m, 7-9m shooting and goalkeeper effectiveness increased in the first group matches and 7-9m, 7-9m and 9m above shooting efficiency in the second group matches. In the final matches, high values were determined in fast break and shooting efficiency compared to other matches. With these results, we can say that Spain is the champion not only in ranking but also in analysis results.

SB323

DÜŞÜK ŞİDDETLİ FİZİKSEL AKTİVİTE SEVİYESİNİN VÜCUT KOMPOZİSYONU VE MAKSİMAL OKSİJEN TÜKETİMİ İLE İLİŞKİSİ

[2]Ulaş Can YILDIRIM, [1]Damla Selin YILDIRIM KÖSE, [2]Cengiz AKALAN

[1]Lokman Hekim Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *ucyildirim@ankara.edu.tr, selin0658@gmail.com, cengizakalan@gmail.com*

GİRİŞ: Sağlığın korunması ve geliştirilmesi için fiziksel aktivitenin önemi birçok çalışmada açık bir şekilde ortaya konulmuştur. Ancak egzersizlerin zorlayıcılığı fiziksel aktivitenin devamlılığı konusunda problem teşkil etmektedir. Düşük yoğunluktaki fiziksel aktivitenin sağlıkla ilişkili parametrelerine olumlu etkileri olduğunun bilinmesi, bireylere daha az zorlayıcı ve keyif alacakları egzersiz programları oluşturulması, dolayısıyla fiziksel aktiviteye düzenli katılım hususunda olumlu katkı sağlayabilir.

AMAÇ: Bu çalışma, düşük şiddetli fiziksel aktivite ile vücut kompozisyonu ve maksimal oksijen tüketimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM: Araştırma grubu, 18-49 yaş arası, sedanter bireylerden ve yüksek performans sporcularına kadar geniş bir aralıkta, 37 kadın 43 erkek olmak üzere toplam 80 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılara çalışma öncesi anket uygulanmış olup anket sonucuna göre sigara, alkol ve ilaç kullanan, kalp ve solunum rahatsızlıkları bulunan bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir. Antropometrik ölçümlerden sonra maksimal oksijen tüketimlerinin belirlenmesi amacı ile YMCA submaksimal bisiklet ergometresi testi, bireyselleştirilmiş submaksimal bisiklet ergometresi testi ve maksimal bisiklet ergometresi testine tabi tutulmuşlardır.

BULGULAR: Eldeki veriler neticesinde düşük şiddetli fiziksel aktivitenin VO2max, VO2 l/dk, vücut yağ yüzdesi gibi parametreler ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

SONUÇ: Vücut kompozisyonunun bazı parametreleri ve maksimum oksijen tüketiminin gelişimi için düşük şiddetli fiziksel aktivite programları bireylere uygulanabilir.

THE RELATIONSHIP OF LOW INTENSITY PHYSICAL ACTIVITY LEVEL WITH BODY COMPOSITION AND MAXIMAL OXYGEN CONSUMPTION

BACKGROUND: The importance of physical activity for the protection and improvement of health has been clearly demonstrated in many studies. However, the difficulty of the exercises poses a problem in the continuity of physical activity. Knowing that low-intensity physical activity has positive effects on health-related parameters, creating exercise programs that are less challenging and enjoyable for individuals, may contribute positively to regular participation in physical activity.

OBJECTIVE: This study was conducted to examine the relationship between low intensity physical activity and body composition and maximal oxygen consumption.

METHOD: The research group consists of 80 volunteer participants, 37 women and 43 men, aged 18-49, ranging from sedentary individuals to high performance athletes. A pre-study questionnaire was applied to the participants, and according to the results of the questionnaire, individuals with cigarette, alcohol and drug use, heart and respiratory diseases were not included in the study. After the anthropometric measurements, they were subjected to the YMCA submaximal bicycle ergometer test, individualized submaximal bicycle ergometer test and maximal bicycle ergometer test in order to determine their maximal oxygen consumption.

RESULTS: As a result of the available data, statistically significant differences were found with parameters such as VO2max, VO2 l / min, body fat percentage of low intensity physical activity.

CONCLUSION: Low intensity physical activity programs can be applied to individuals for the development of some parameters of body composition and maximum oxygen consumption.

SB328

25-45 YAŞ ARASI KADINLARDA 6 HAFTALIK ZUMBA EGZERSİZLERİNİN GENEL DAYANIKLILIK, ESNEKLİK VE KUVVET ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Gökçe OKTAY

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Gelişim Meslek Yüksekokulu , İSTANBUL

Bu çalışmanın amacı; 25-45 yaş arası kadınlarda 6 haftalık zumba egzersizlerinin genel dayanıklılık, esneklik ve kuvvet parametreleri üzerine etkisini incelemektir. Araştırmaya daha önce spor yapmamış ve hiçbir sağlık problemi olmayan 10 kadın katılmıştır. Araştırma grubuna 6 hafta boyunca zumba egzersizleri uygulatılmıştır. Egzersiz programı öncesinde ve sonrasında katılımcılara otur-eriş testi, 1 dakika mekik testi ve kuvvet testi uygulanmıştır. İstatiksel hesaplamalar SPSS (version 18.0) programında yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesi sonucu tüm parametrelerin normal dağılım gösterdikleri gözlemlenmiştir. Bunun sonucunda grupların ön ve son test değerlerinin karşılaştırılmasında Paired t testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda; Esneklik, genel dayanıklılık ve Sırt kuvveti parametrelerine ilişkin ön-son test değerleri karşılaştırıldığında ($p<05$) anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bacak kuvveti ön-son test karşılaştırılmasında ($p>05$) anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak; 25-45 yaş arası kadınlarda 6 haftalık zumba egzersizlerinin dayanıklılık esneklik ve sırt kuvveti üzerinde olumlu etkisi olduğu görülürken, bacak kuvvetinde anlamlı olarak etki görülmemiştir. Uygulanan egzersizin süresi, sıklığı ve şiddetinin sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk parametrelerini anlamlı olarak etkilemek için yeterli olduğu ancak bacak kuvvetini olumlu etkilemesi için biraz daha süreye ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Investigation Of The Effect Of 6-Week Zumba Exercises On General Endurance, Flexibility And Strength In Women Between 25-45 Years

The aim of this study is; To examine the effects of 6-week zumba exercises on general endurance, flexibility and strength parameters in women between the ages of 25-45. Ten women who had never done sports before and had no health problems participated in the study. Zumba exercises were applied to the research group for 6 weeks. Before and after the exercise program, the sit-reach test, 1 minute shuttle test and strength test were applied to the participants. Statistical calculations were made in SPSS (version 18.0) program. As a result of the analysis of the data, it was observed that all parameters showed normal distribution. As a result, Paired t test was used to compare the pre and post test values of the groups. Significance level was accepted as $p <0.05$. As a result of the analysis made; When the pre-post test values for flexibility, general endurance and back strength parameters were compared ($p <05$), a significant difference was found. There was no significant difference in the leg strength pre-post test comparison ($p> 05$). As a result; While it was observed that 6-week zumba exercises had a positive effect on endurance, flexibility and back strength in women between the ages of 25-45, there was no significant effect on leg strength. It is thought that the duration, frequency and intensity of the exercise are sufficient to significantly affect health-related physical fitness parameters, but a little more time is needed to positively affect leg strength.

SB329

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİG VE TFF 1.LİGİN 2018-2020 SEZONLARI GOL ANALİZİ

[1]BARIŞ GÜROL, [2]MÜJDE ATICI

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir
[2]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,Kahramanmaraş

Email : *bgurol@eskisehir.edu.tr, mujdeatici_27@hotmail.com*

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı; futbolda atılan ve yenen gollerin farklı sezonlara ve liglere göre değerlendirilmesidir. Yöntem: Araştırma, 2018-2019 ve 2019-2020 Türkiye Futbol Süper Lig ve TFF 1.Lig maçlarında atılan ve yenen gollerin analizi yapılarak tamamlanmıştır. Araştırma verileri InStat Scout futbol platformu firmasından izin alınarak kullanılmıştır. Atılan gollerin zaman dağılımları, ortalama gol mesafeleri, golle sonuçlanan atakların süresi ve pas sayıları, akan oyun ve duran toptan atılan gollerin ortalamaları hesaplanmıştır. Elde edilen veriler sayısal ve yüzde değerleri alınarak değerlendirilip incelenmiş ve yorumlanmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre Türkiye Futbol Süper Lig'inde 2018-2019 sezonunda toplam 822 golün 191'i (%23) ve 2019-2020 sezonunda ise toplam 875 golün 237'si (%27) 75-90dk arasında atılmıştır. TFF 1.Lig'de ise 2018-2019 sezonunda toplam 815 gol ve 2019-2020 sezonunda ise toplam 788 gol atılmış ve gol yüzdeleri birbirine benzer değerlerde bulunmuştur. Türkiye Futbol Süper Lig'inde 2018-2019 sezonunda golle sonuçlanan atakların ortalama süresi 16.4sn iken, 2019-2020 sezonunda ise 16.8sn'dir. TFF 1.Lig'inde 2018-2019 sezonunda golle sonuçlanan atakların ortalama süresi 15.8sn iken, 2019-2020 sezonunda ise 15.1sn'dir.

Sonuç: Her iki sezon ve lig seviyesinde 2.devrelerde 1.devreden daha çok gol atılmış ve son 15 dakikalık zaman diliminde savunmaların yorgunluğuna bağlı olarak daha çok gol atılmıştır. Her iki lig seviyesi ve sezonda akan oyunda ortalama %70 gol atılmış ve duran toptan ortalama %30 gol atılmıştır. Ayrıca TFF 1.Liginin son 7 haftası ve Türkiye Süper Liginin son 9 haftasının seyircisiz oynanmasından dolayı ev sahibi avantajı ortadan kalkmıştır. Gol yüzdeleri ve sayıları bu durum göz önüne alınarak değerlendirilmesi dünya genelindeki Covid-19 pandemisinin futbola olan etkisini de göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Gol analizi, akan oyun, duran top, Covid-19 pandemisi.

Analysis Of Goal Scored In Turkish Super And 1st Division Soccer Leagues From 2018 To 2020

Introduction: The purpose of this study was to evaluate the goal analysis in soccer according to different seasons and league divisions.

Methods: In this study, 2018-2020 seasons datas were analyzed. Research data were used with permission from InStat Scout football platform company. Time distributions of goals scored, average goal distances, duration of attacks resulting in goals and number of passes, averages of goals scored from the game and standing ball were calculated. The obtained data were evaluated by taking numerical and percentage values, analyzed and interpreted.

Results: According to the results, Turkey Football Super League in the 2018-2019 season in the 191's total score of 822 (%23) and the 2019-2020 season in the 237's total score of 875 (27%) were scored between 75-90min. In the TFF 1st League, a total of 815 goals were scored in the 2018-2019 season and 788 goals in the 2019-2020 season. Turkey Football Super League in the 2018-2019 season, while the average duration of attacks that resulted in a goal 16.4sec and 16.8sec the 2019-2020 season respectively. In TFF 1st League was 15.8 sec and 15.1 sec respectively.

Results: In both seasons and leagues, more goals were scored in the 2nd half than in the 1st half, and more goals were scored in the last 15 minutes due to the fatigue of the defense players. An average of 70% of goals were scored in the mature attacks in both league levels and season, and an average of 30% goals were scored from the stationary ball. Also last 7 weeks of the TFF 1. league and last 9 weeks of Super League played without spectators due to Covid-19 pandemic in Turkey in the home advantage has disappeared. Considering this situation, the percentages and numbers of goals show the effect of the worldwide Covid-19 pandemic on football.

Key words: Goal analysis, mature attacks, stationary balls, Covid-19 pandemic.

SB343

4 HAFTALIK DOMİNANT BİLEK-ÖN KOL KUVVET ÇALIŞMALARININ KUVVET VE REAKSİYON ZAMANLARINA ETKİSİ RANDOMİZE KONTROLLÜ ÇALIŞMA

[1]OSMAN TARAF, [2]MEHMET ÖZAL

[1]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, KIRŞEHİR
[2]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *osmantaraf38@gmail.com, mozal@ybu.edu.tr*

Amaç: Çapraz transfer, tek taraflı uzuva yapılan egzersiz programı sonucu, kontlateral (karşı taraf) uzuva transfer edilen kuvvet ve beceri (motor) gelişimini ifade eder. Bu çalışmanın amacı; 4 haftalık dominant bilek-ön kol kuvvet çalışmalarının kontlateral ve ipsilateral kuvvet ve reaksiyon zamanına etkisi olup olmadığını araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya; 27'si egzersiz grubu (EG) (yaş: 19.70±1.41, boy: 176.73±7.22, vücut ağırlığı: 69.22±9.51) ve 27'si kontrol grubu (KG) (yaş: 20.15±1.66, boy: 179.374±5.49, vücut ağırlığı: 70.39±7.43) olmak üzere toplam 54 erkek gönüllü katılmıştır. EG'na 4 hafta boyunca, haftanın 3 günü, %70 şiddette, 4 set dominant (D) el bileğine dumbell ile fleksiyon ve ekstansiyon çalışması yaptırılmıştır. Dominant olmayan (ND) tarafa hiçbir çalışma yapılmamıştır. Setlerde tekrarlar, katılımcı ağırlığı uygun teknikte kaldıramayıncaya kadar (Yorgunluk) devam ettirilmiştir. Veriler, Genel Bilgi Formu, boy ölçerli baskül, New Test Reaksiyon 2000 Cihazı, dijital el dinamometresi ile toplanmıştır. Gruplarda önce-sonra ölçümlerinin karşılaştırılmasında Paired sample t test kullanılmıştır. EG ve KG'nda sayısal değişkenlerin karşılaştırılmasında independent sample t test kullanılmıştır.

Bulgular: EG'nun D el pençe kuvveti, ND el pençe kuvveti, D görsel reaksiyon zamanı, ND el görsel reaksiyon zamanı, D el işitsel reaksiyon zamanı ve ND el işitsel reaksiyon zamanı ön ve son test ortalamalarının karşılaştırılması sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık ($p<0.001$ ve $p<0.05$) bulunurken, KG'da ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Gruplar arası ön test ortalamalarının karşılaştırılmasında, karşılaştırmaların hiçbirinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Gruplar arası son test ortalamalarının karşılaştırılmasında ise D el pençe kuvvet ölçüm ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ($p<0.05$) bulunurken, diğer ölçüm ortalamaları karşılaştırılmalarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Bu çalışmanın D el pençe kuvveti, ND el pençe kuvveti, D görsel reaksiyon zamanı, ND el görsel reaksiyon zamanı, D el işitsel reaksiyon zamanı ve ND el işitsel reaksiyon zamanı üzerinde olumlu etki yaptığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Çapraz transfer, kuvvet, reaksiyon.

The Impact Of 4-Weeks Dominant Wrist-Forearm Strength Training On The Time Of Strength Along With Reaction Randomized Controlled Trial

Aim: Cross transfer means the strength transferred to organ (other side) and skill (motor) development as a result of training programme on unilateral organ. The aim of this study is to probe whether 4-weeks dominant wrist-forearm strength training has an impact on time of the contralateral and ipsilateral strength along with reaction.

Instrument: 54 men volunteer have taken part in the study - 27 participants of which are out of training group (TG) (age 19.70±1.41, height: 176.73±7.22, bodyweight 69.22±9.51) and the rest is from control group (CG) (age: 20.15±1.66, height: 179.374±5.49, bodyweight: 70.39±7.43) as a volunteer. TG has done flexion and extension trainings for the 4-set dominant (D) wrist via dumbell -which is at %70 intensity – for 4 weeks, three days in a week. For the part which is not dominant (ND), nothing has been implemented. Until the participant cannot lift the weight in a proper way, the process (Prostration) has continued. Data have been collected through General Information Questionnaire, height scale bascule, New Test Reaction 2000 Device and digital-manual dynamometer. As for the comparison of pre and post scales, paired sample t-test has been utilized. For comparing quantitative variables in TG and CG, independent sample t-test has been utilized.

Findings: As a result of the comparison of the pre and post tests' means, statistically notional difference for the D paw strength, ND paw strength, D visual reaction time, ND hand visual reaction time and ND hand auditory reaction time is respectively as ($p<0.001$ and $p<0.05$). However, there is no notional difference in CG($p>0.05$).There is no single statistical notional difference at any scale comparisons among the pre-test mean comparisons of the groups. ($p>0.05$).As for the comparison of the post test comparisons among groups, D hand paw weight scale means pose a notional difference like($p<0.05$), however, no other difference could be found for the rest. ($p>0.05$).

Conclusion: It can be said that this study has a positive impact on D hand paw strength, ND hand paw strength, D visual reaction, ND hand visual reaction time, D hand auditory reaction time and ND hand auditory reaction time.

Key Words: Cross transfer, strength, reaction.

SB357

DİNAMİK INOVATİF DENGE SİSTEMİ (DIBA) ILE STANDART DENGE SİSTEMİNİN DENGE ÜZERİNE ETKİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Bünyamin Haksever*, [2]Yaşar Gül Baltacı, [3]İrem Düzgün**

[1]Uluslararası Kıbrıs Ümiversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lefkoşa
[2]Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara
[3]Hacettepe Üniversitesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasayon Fakültesi

***Email :** yasbun@hotmail.com, ygul.baltaci@@gmail.com, iremduzgun@yahoo.com*

Denge ve postüral kontrolü geliştiren standart denge sistemi egzersizleri sınırlı alanda kullanılmakta ve bunların zemin yüzeyleri stabildir ve bu sistemlerin günlük hareketlere adaptasyon konusunda bazı kısıtlamaları vardır.Yeni ve patenti mevcut olan Dynamic Innovative Balance (DIBA) sistem, çoklu eklem açısı hareketi ve vücut pozisyonu ile fonksiyonel, postürel denge eğitimi sağlamaktadır.Bu çalışmanın amacı, DIBA ve standart denge eğitiminin, statik ve dinamik denge üzerine karşılaştırılmasıdır.Çalışmaya yaşı 18-32 arasında olan 36 sağlıklı erkek gönüllü katıldı. Bireyler randomize olarak iki gruba ayırıldı. Çalışma grubuna DİBA ile denge ve fonksiyonel eğitim uygulanırken kontrol grubuna standart denge ekipmanları (denge tahtası, wobble board ve BOSU) kullanılarak 8 hafta süreyle denge ve fonksiyonel eğitim uygulandı. Bireyler eğitim öncesi, eğitim sonrası 4. ve 8. haftalarda değerlendirildi. Statik dengesinin değerlendirilmesi için Flamingo denge testi (FDT) ve dinamik dengesinin değerlendirilmesi için Y denge testi (YDT) uygulandı. Sekizinci haftada YDT'nin anterior parametresinde (p=0,001) ve FDT'nin (p=0,024) çalışma grubunda daha fazla geliştiği belirlendi. Diğer hiçbir parametrede iki grup arasında istatistiksel olarak fark bulunmadı (p>0,005). Bu çalışmaya göre, DİBA ile bireyin dengesi üzerinde olumlu etkiler sağladığından dolayı, standart denge ekipmanlarının yerine veya standart denge ekipmanları ile birlikte kullanılabilir.

Comparison Of The Dynamic Innovative Balance System (DIBA) And Standard Balance Training On Balance

The exercises of standard balance system which develop balance and postural control are used in limited area and floor surfaces of them is stabil and these systems have some limitation about adaptation of daily movement. Dynamic Innovative Balance (DIBA) system which is new and patent pending brand, ensure functional, postural balance training with multi joint angle movement and body position. The aims of this study were comparison of DIBA and standard balance training on dynamic balance and functionality. 36 healty sports subjects who aged 18-32 years were volunteered to participate in the study. They were randomly separated into two groups. In the study group who have taken balance functional training with DIBA were enrolled on this study for 8 weeks. In the control group who have taken balance and functional training with standart balance equipment (balance board, wobble board and BOSU) were enrolled on this study for 8 weeks. All of subjects were assessed pre- training, 4th weeks and 8th weeks. All of the subjects were assessed with Y Balance Test (YBT) for dynamic balance, Static balance wa evaluated with Flamingo balance test (FBT) Results of this study there is no significant difference between two groups regarding YBT and FBT test in measurement of 4th weeks and 8th weeks. In the study group, there is significantly development from pre testing to 8 weeks according to YBT anterior parameter (p=0,001) and FDT (p=0,024) in group 1. There is no statistically difference for other measurement between groups According to this study, DIBA has positive effects on functionality and balance which might be used

instead of standard balance equipment or be used with standard balance equipment as a new motivational device.

SB360

KUVVET ANTRENMANLARINDA SETLER ARASI UYGULANAN AGONİST VE ANTAGONİST GERME EGZERSİZİNİN KAS AKTİVASYONU VE İZOKİNETİK PERFORMANS ÜZERİNE ETKİLERİ

[2]Yılmaz UÇAN, [1]Erbil Murat AYDIN

[1]Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM
[2]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BOLU

Email : *mr_ucan@hotmail.com, emurataydin@hitit.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı kuvvet antrenmanında setler arası uygulanan agonist ve antagonist statik germe egzersizinin agonist kas aktivasyonu ve izokinetik tork, güç ve iş üzerine etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada çapraz deney deseni kullanılmıştır. Katılımcıların izokinetik tork, güç, iş veriler izokinetik dinamometre kullanılarak elde edilmiştir. Katılımcılar dinamometrede 60 °/sn açısal hızda 90° hareket genişliğinde 3 set ve 5 tekrar leg extension egzersizi gerçekleştirmişlerdir. Agonist germe grubu setler arasında diz ekstansör kaslarına, antagonist germe grubu diz fleksör kaslarına yönelik statik germe gerçekleştirmişlerdir. Kas aktivasyonu ölçümleri izokinetik test sırasında vastus medialis (VM), vastus lateralis (VL) ve rectus femoris (RF) kaslarından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma BAİBÜ BAP tarafından(BAP–2017.12.01.1148) desteklenmiştir.

Bulgular: İstatistiksel analizler sonucunda konsantrik fazda, agonist ve antagonist germe egzersizlerinin tork üzerine anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Güç değerlerinde, kontrol uygulaması ile agonist germe uygulaması karşılaştırıldığında 2. set ile 1. set arasında ($p \leq 0,05$) ve antagonist germe uygulaması ile agonist germe uygulaması karşılaştırıldığında, 2. set ile 1. set arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p \leq 0,05$). İş değerlerinde kontrol uygulaması ile agonist germe uygulaması karşılaştırıldığında, 2. set ile 1. set arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Eksantrik fazda, uygulamalar arasında izokinetik tork ve iş değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır. Güç değerlerinde kontrol uygulaması ile agonist germe uygulaması ve agonist germe uygulaması ile antagonist germe uygulaması karşılaştırıldığında, güç değerlerinde 3. set ile 1. set arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p \leq 0,05$). Kas aktivasyonları karşılaştırıldığında sadece VL kasında agonist ve antagonist germe uygulamalarının 2. ve 1. setleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur.

Sonuç: Bu çalışmada agonist germe egzersizlerinin konsantrik fazda izokinetik güç ve iş, eksantrik fazda izokinetik güç üzerine olumsuz etkileri olduğu bulunmuştur. Agonist ve antagonist germe egzersizlerinin VM ve RF kaslarının aktivasyonuna anlamlı etkisi olmadığı saptanmıştır. VL kasında antagonist germe egzersizine göre agonist germe egzersizinden sonra kas aktivasyonu düşüşünün daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

The Effects Of Inter-Set Agonist And Antagonist Stretching Exercises In Strength Training On Muscle Activation And Isokinetic Performance

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the effects of agonist and antagonist static stretching exercises performed between sets in strength training on agonist muscle activation and isokinetic torque, power, and work.

Method: Crossover test design was used in this study. The isokinetic torque, power, work data of the participants were obtained by using an isokinetic dynamometer. Participants performed 3 sets and 5 repetitions of leg extension exercises on the dynamometer at an angular speed of 60 °/sec, with a 90 ° range of motion. The agonist stretching group performed static stretching for the knee extensor muscles between the sets, and the antagonist stretching group performed static stretching for the knee flexor muscles. Muscle activation measurements were performed during the isokinetic test from the vastus medialis (VM), vastus lateralis (VL) and rectus femoris (RF) muscles. This study was supported by BAIBU BAP(BAP-2017.12.01.1148).

Results: As a result of statistical analysis, it was found that agonist and antagonist stretching exercises did not have a significant effect on torque in the concentric phase. When the control group and agonist stretching group were compared in power values, a significant difference was found between the 2nd set and the 1st set ($p \leq 0,05$) and when the antagonist stretching group and agonist stretching group were compared in power values, a significant difference was found between the 2nd set and the 1st set ($p \leq 0,05$). When the control group and agonist stretching group were compared in work values, a significant difference was found between the 2nd set and the 1st set ($p \leq 0,05$). In the eccentric phase, there was no significant difference in isokinetic torque and work values between groups. When the control group and agonist stretching group, agonist stretching group and antagonist stretching group were compared in power values, a significant difference was found between the 3rd set and the 1st set ($p \leq 0,05$). When muscle activations were compared, a statistically significant difference was found between the 2nd and the 1st sets of agonist and antagonist stretching groups only in the VL muscle.

Conclusion: In this study, it was found that agonist stretching exercises have negative effects on isokinetic power and work in the concentric phase and on isokinetic power in the eccentric phase. It was found that agonist and antagonist stretching exercises had no significant effect on the activation of VM and RF muscles. It was observed that the decrease in muscle activation was greater after agonist stretching exercise compared to the antagonist stretching exercise in the VL muscle.

SB367

FUTBOL HAKEMLERİNİN KOŞU TESTİ PARAMETRELERİNİN YAŞA VE BAZI FİZİKSEL DEĞİŞKENLERE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]ERDAL ARI, [2]GÖKHAN DELİCEOĞLU

[1]Ordu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ORDU
[2]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE

Email : *arierdal@hotmail.com, deliceoglugokhan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, amatör futbol hakemlerinin yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değişkenlerinin koşu testi parametreleri üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi amaçlandı.

Yöntem: Çalışmaya amatör liglerden 36 erkek (Xyaş=24.61±4.08 yıl, Xboy uzunluğu=178.92±3.49 cm., Xvücut ağırlığı=76.28±6.02 kg.) ve 10 kadın (Xyaş=20.30±1.15 yıl, Xboy uzunluğu=165.00±3.06 cm., Xvücut ağırlığı=52.30±4.99 kg.) olmak üzere 46 futbol hakemi (Xyaş=23.67±4.06 yıl, Xboyuzunluğu=175.89±6.71 cm., Xvücut ağırlığı=71.07±11.54 kg.) katıldı. Erkek hakemlere 2600 m., kadın hakemlere 2400 m. koşu testi uygulandı. Ortalama ve maksimum kalp atım hızı ve koşu hızı GPS alıcısı içeren kalp atım monitörleri (Polar V800, Kempele, Finland) ile belirlendi. Yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ile koşu testi parametreleri arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile incelendi.

Bulgular ve Sonuç: Erkek futbol hakemlerinde yaşın, koşu süresi ile pozitif ($r=0.435$, $p<0.05$), ortalama, maksimum kalp atım hızı ve koşu hızı ile negatif ilişkili olduğu belirlendi ($r=-0.621$, -0.598, -0.452, -0.558, $p<0.05$, sıralı olarak). Ayrıca, boy uzunluğu ile ortalama ve maksimum kalp atım hızı arasında negatif ilişkiler gözlendi ($r=-0.525$, -0.356, $p<0.05$, sıralı olarak). Erkek futbol hakemlerinde, vücut ağırlığının koşu süresi ile pozitif ($r=0.454$, $p<0.05$), ortalama kalp atım hızı ve koşu hızı ile negatif ilişkili olduğu bulundu ($r=-0.412$, -0.488, $p<0.05$, sıralı olarak). Maksimum kalp atım hızı ile vücut ağırlığı arasında düşük düzeyde ilişki belirlendi($r=-0.364$, $p<0,05$). Kadın hakemlerde, yaş, boy uzunluğu ve vücut ağırlığının koşu parametreleri ile ilişkili olmadığı bulundu ($p>0.05$). Sonuç olarak, yaşın futbol hakemlerinin aerobik koşu performansı üzerindeki etkisinin, boy uzunluğu ve vücut ağırlığından daha belirgin olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol hakemi, koşu testi, aerobik performans, yaş, kalp atım hızı.

THE EXAMINATION OF RUNNING TEST PARAMETERS OF SOCCER REFEREES ACCORDING TO AGE AND SOME PHYSICAL VARIABLES

Introduction and Aim: In this study, the examination of the effect on running test parameters of age, body height and weight variables of amateur soccer referees was aimed.

Method: Total 46 soccer referees (Xage=23.67±4.06 years, Xbodyheight=175.89±6.71 cm, Xbodyweight=71.07±11.54 kg) as 36 male (Xage=24.61±4.08 years, Xbodyheight=178.92±3.49 cm, Xbodyweight=76.28±6.02 kg) and 10 female (Xage=20.30±1.15 years, Xbodyheight=165.00±3.06 cm, Xbodyweight=52.30±4.99 kg) referees from amateur leagues participated in the study. The 2600 m running for male and 2400 m running for female referees were performed. The mean and maximum heart rate and running speed were determined by heart rate monitors with GPS receiver (Polar V800, Kempele, Finland). The

correlations between age, height, body weight and running test parameters were examined by correlation analysis.

Results and Conclusion: It was determined that age correlated positively with running time ($r = 0.435$, $p<0.05$) and negatively with mean and maximum heart rate and running speed ($r=-0.621$, -0.598, -0.452, -0.558, $p<0.05$, respectively) in male soccer referees. Also, negative correlations were observed between body height and mean, maximum heart rate ($r = -0.525$, -0.356, $p<0.05$, respectively). It was determined that body weight correlated positively with running time ($r = 0.454$, $p<0.05$) and negatively with mean heart rate and running speed ($r = -0.412$, -0.488, $p <0.05$, respectively) in male soccer referees. There was a low correlation between maximum heart rate and body weight ($r = -0.364$, $p <0.05$). It was found that age, height and body weight didn't correlate with running parameters in female referees ($p>0.05$). Consequently, it could be said that the effect of age on aerobic running performance of football referees was more obvious than body height and weight.

Key Words: Soccer referee, running test, aerobic performance, age, heart rate.

SB386

ELİT GÜREŞÇİLERDE KISA SÜRELİ VÜCUT AĞIRLIĞI KAYBININ TURNUVA ŞARTLARINDA ANAEROBİK PERFORMANS VE REAKSİYON ZAMANI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Recep TÜRKYILMAZ*, [1]Hakan YARAR**

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bolu/TÜRKİYE

***Email :** receptrkylmz@hotmail.com, hakanyarar96@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı elit güreşçilerde kısa süreli vücut ağırlığı kaybının turnuva şartlarında anaerobik performans ve reaksiyon zamanı üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Bu çalışmaya daha önce müsabakalar için kilo kaybetmiş deneyimli 10 erkek güreşçi katılmıştır. Katılımcılar rastgele çapraz deney desenine göre bir hafta ara ile hem kontrol hem de deney uygulamasında yer almıştır. Tüm ölçümler kilo kaybı öncesi bazal degerler, kilo kaybı sonrası müsabakanın 1. günü 3 ölçüm ve müsabakanın 2. günü ise 2 ölçüm olarak gerçekleştirilmiştir. Sporcuların 48 saat içerisinde vücut ağırlıklarının % 5'ini, 72 saat içerisinde de vücut ağırlıklarının % 5'i üzerinden 1 kg tolerans uygulanarak kilo kaybetmeleri sağlanmıştır. Bu periyotta katılımcılara vücut kompozisyonu ölçümü, Wingate anaerobik performans testi (WAnT), dikey sıçrama (DS) ve görsel ve işitsel reaksiyon testleri uygulanmıştır. Verilerin analizi için tekrarlı ölçümlerde iki yönlü varyans analiz testi kullanılmıştır.

Bulgular: İstatistiksel analizlere göre kısa süreli vücut ağırlığı kaybına bağlı olarak vücut kompozisyonunda; toplam vücut sıvısı (TVS), kas kütle (KK) ve yağ harici kütlede (YHK) anlamlı ($p<0,05$) düşüş meydana geldiği tespit edilmiştir. Bunun aksine vücut yağ yüzdesi ve yağ kütlede ise istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Kilo kaybının performans üzerine etkilerinde ise görsel ve işitsel reaksiyon zamanında, dikey sıçrama (DS) performansında, maksimum anaerobik güç (MAG) ve maksimum anaerobik kapasite (MAK) de anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Ancak, yorgunluk indeksinde (Yİ) anlamlı ($p<0,05$) artış olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak, bu çalışmada 48 saat içerisinde % 5'lik vücut ağırlığı kaybının vücut kompozisyonunda anlamlı değişiklere neden olduğu bu değişimimde yorgunluk indeksini olumsuz yönde etkilediği ortaya konmuştur.

Anahtar kelimeler: Güreşçi, hızlı kilo kaybı, anaerobik güç, anaerobik kapasite

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF SHORT-TERM BODY WEIGHT LOSS ON ELITE WRESTLERS ON ANAEROBIC PERFORMANCE AND REACTION TIME IN TOURNAMENT CONDITIONS

Introduction and Aim: The aim of this study was to investigate the effects of short-term body weight loss on elite wrestlers on anaerobic performance and reaction time in tournament conditions.

Methods: Ten experinced elite wrestler previously lost weight for competitions were participated as volunteer in this study. Athletes are involved in a period with weight loss as experimental application and a period without

weight loss as control application in a randomized crossover design with one week interval. All measurements were performed as baseline values before weight loss, 3 measurements on the 1st day of the competition and 2 measurements on the second day of the competition. Athletes were ensured to lose 5% of their body weight within 48 hours in 72 hours; 1 kg tolerance was given over 5% of body weight. In this process, body composition measurement, Wingate anaerobic performance test (WAnT), vertical jump (VJ) and visual and auditory reaction tests were applied to the participants. Two way ANOVA with repeated measures were used for statistical analysis.

Results: According to statistical analysis, due to short-term body weight loss in body composition; total body fluid (TBW), muscle mass (MM) and fat free mass (FFM) were significantly reduced ($p < 0.05$) was determined. In contrast, there was no statistically significant difference in body fat percentage and fat mass ($p > 0.05$). Moreover there was no significant difference in the effects of weight loss on performance in visual and auditory reaction time, vertical jump (VJ) performance, maximum anaerobic power (MAP) and maximum anaerobic capacity (MAC). However, there was a significant ($p < 0.05$) increase in fatigue index.

Conclusions: In conclusion, this study showed that 5% loss of body weight within 48 hours caused significant changes in body composition and negatively affected fatigue index

Key words: Wrestlers, rapid weight loss, anaerobic power, anaerobic capacity

SB388

TAEKWONDOCULARDA ELASTİK BANT EGZERSİZLERİNİN BAZI FİZİKSEL PARAMETRELER VE LOKAL KUVVET BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Duygu Sevinç Yılmaz*, [1]Sibel Tetik Dündar**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ERZİNCAN

Email : *dsevinc@erzincan.edu.tr, s_tetik55@hotmail.com*

Giriş: Elastik bantların ortaya çıkışı, görsel anlamda renkliliği, kullanım kolaylığı, ağır bir malzeme olmayışı gibi rahatlığı ile tercih edilebilir bir farklılık sunmuştur. Elastik bant ile ilgili çalışmalar hali hazırda çok fazla sayıya ulaşmasa da ilerleyen dönemlerde tercih edilme ve sporda kullanım konusundaki artış nedeniyle çalışmalardaki ilgi yoğunluğu da artacak gibi görünmektedir.

Amaç: Bu çalışmada, küçük yaştaki (8-13) taekwondo sporcularının elastik bant egzersizleri sonrası fiziksel parametreleri üzerinde herhangi bir yönde değişim oluşup oluşmadığı incelenmiştir.

Yöntem: Çalışmaya yaş ortalamaları 10,11±1,49 olan 27 erkek ve 20 kız olmak üzere toplam 47 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılardan alınan ölçümleri oluşturan fiziksel ve beceri parametreleri şu şekildedir; boy (cm), vücut ağırlığı (kg), esneklik (cm), bel-kalça çevre ölçümü (cm), sırt-bacak kuvvet ölçümü (kgf) ve el pençe (sağ-sol) kuvvet (kgf) ölçümü şeklinde yapılmıştır.

Bulgular: Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Sonuçlar ortalama ve standart sapma (X&SD) olarak ifade edilmiştir. Değişkenlerin dağılımını belirlemede tanımlayıcı istatistik (frequency & descriptives), ilk (1-egzersiz öncesi) ve son ölçümler (2-egzersiz sonrası) arasındaki farkın belirlenmesi için ise t testi (Paired-Samples) uygulanmıştır.

Sonuç: Taekwondocular üzerinde uygulanan elastik bant egzersizlerinin fiziksel etkileri olarak; bel çevresi ve kalça çevresi değişkenlerinde egzersiz öncesi ve sonrası anlamlı bir fark bulunmazken, kilo, esneklik, sırt-bacak kuvveti, sağ-sol el pençe kuvveti değişkenlerinde egzersiz öncesi ve sonrası alınan değerlerde farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

EFFECT OF ELASTIC BAND EXERCISES ON SOME PHYSICAL PARAMETERS AND LOCAL FORCE SKILLS IN TAEKWONDO ATHLETES

Introduction: The emergence of elastic bands offered a preferable difference with its visual color, ease of use and the lack of a heavy material. Although the studies on elastic band do not reach a large number, the interest in the studies seems to increase due to the increase in preference and use in sports.

Aim: In this study, it was investigated whether there is any change in the physical parameters of the taekwondo athletes after elastic band exercises.

Methods: A total of 47 athletes (27 boys and 20 girls) with a mean age of 10.11 ± 1.49 participated in the study voluntarily. The physical and skill parameters that form the measurements taken from the participants are as

follows; height (cm), body weight (kg), flexibility (cm), waist-hip circumference measurement (cm), back-leg force measurement (kgf) and hand paw (right-left) force (kgf) measurement.

Findings: SPSS 22.0 package program was used for statistical analysis of the obtained data. Results are expressed as mean and standard deviation (X & SD). Descriptive statistics (frequency & descriptives) were used to determine the distribution of variables, and t-test (Paired-Samples) was used to determine the difference between the first (pre-exercise) and last measurements (2-exercise).

Results: As physical effects of elastic band exercises on Taekwondocular; There was no significant difference between waist circumference and hip circumference before and after exercise, but it was found that weight, flexibility, back-leg strength, right- left hand paw strength were significantly different before and after exercise ($p<0.05$).

SB389

FARKLI DAYANIKLILIK ANTRENMANLARINDA OLUŞAN SIVI KAYBININ İNCELENMESİ

[1]Mehmet Akif BABUR, [1]Hakan YARAR, [1]Hasan İŞLEK, [1]Volkan ŞUBATLIOĞLU, [2]Gülnur TEMELLİ

[1]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bolu/TURKIYE
[2]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Bolu/TURKIYE

Email : *mehmetakifbabur@gmail.com, hakanyarar96@hotmail.com, pehasan11@hotmail.com, srtr.vlkn@hotmail.com, gulnurtemelli163@gmail.com*

Öz Giriş ve Amaç: İnsan vücudu kaslar, kemikler, yağlar, çeşitli organik maddeler ve hücre dışı sıvılarından oluşmaktadır. Egzersizin başlamasıyla birlikte vücudumuzu oluşturan bu ögelerde değişiklikler meydana gelmektedir. Özellikle dayanıklılık egzersizlerinde bu ögelerin korunması hem performans hem de sağlık açısından oldukça önemlidir. Tüm sportif aktivitelerde olduğu gibi su içi egzersizlerde de bütün kas grupları yoğun olarak çalışmakta ve terleme yoluyla sıvı kaybı yaşanabilmektedir. Ancak bazı sporcular yüzmenin su içerisinde yapılmasından dolayı sıvı kaybının olmadığı düşünmektedir. Yapılan bu çalışmanın amacı iki farklı ortamda yapılan (karada ve suda) dayanıklılık antrenmanının vücut sıvı miktarı üzerine etkilerinin incelenmesidir.

Yöntem: Bu çalışmaya yüzme eğitimi almış [($\bar{X}$+ss) yaş: 20,06±1,91 yıl; boy: 178,06±7,84cm; vücut ağırlığı: 72,87± 6,91kg; vücut yağ yüzdesi: 9,94±3,18] olan 16 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada sporcular rastgele örneklem seçim yöntemi ile 2 eşit gruba ayrılmış (8 kara antrenmanı gurubu, 8 su içi egzersiz grubu) ve 15 dakikalık ısınma ile birlikte toplam 2 saat dayanıklılık antrenmanı uygulamıştır. Çalışmada ilk uygulamalar tamamlandıktan sonra 24 saat ara verilmiştir. Sonrasında kara antrenman grubu su içi egzersiz, su içi egzersiz grubu ise kara antrenmanı uygulamıştır. Bu esnada iki saatlik dayanıklılık antrenmanı öncesi ve hemen sonrası vücut kompozisyonu ölçümleri (vücut ağırlığı, vücut sıvı miktarı, kas kütlesi vücut yağ yüzdesi), idrar yoğunluğu ve vücut ısısı ölçümleri yapılmıştır. İstatistiksel analizlerde eşleştirilmiş örneklerde t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analiz sonucunda vücut ağırlığı, vücut sıvı miktarı, kas kütlesi, vücut yağ yüzdesi ve vücut ısı değerlerinde anlamlı fark olduğu ($p<0.05$), idrar yoğunluğunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ($p>0.05$) belirlenmiştir.

Sonuç olarak her iki ortamda da yapılan dayanıklılık egzersizlerinde vücut sıvı miktarı, kas oranı ve vücut ısı değerlerinde istatistiksel olarak önemli değişiklikler olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Dayanıklılık, Dehidrasyon, İdrar yoğunluğu, Vücut kompozisyonu

The Investigation Of Fluid Loss In Different Endurance Training

Abstract Introduction and Aim: Human body consists of muscles, bones, fats, various organic substances and extracellular fluids. With the start of exercise, changes occur in these elements that make up our body. Preserving these elements, especially in endurance exercises, is very important in terms of both performance and health. As in all sports activities, all muscle groups work intensely in underwater exercises and fluid loss can be experienced through sweating. However, some athletes think that there is no fluid loss because swimming is

done in water. The aim of this study is to examine the effects of endurance training in two different environments (land and water) on the amount of body fluid.

Methods: 16 male athletes who have taken swimming training voluntarily participated in this study [(mean ± SD) age: 20.06 ± 1.91 years; height: 178.06 ± 7.84cm; body weight: 72.87 ± 6.91kg; body fat percentage: 9.94 ± 3.18]. In the study, the athletes were randomly divided into 2 equal groups (8 land training groups, 8 underwater exercise groups) and a total of 2 hours of endurance training was applied with 15 minutes of warm-up. In the study, after the first applications were completed, a break was given for 24 hours, after which the land training group applied in-water exercise and the in-water exercise group applied land training. In the meantime, body composition measurements (body weight, body fluid amount, muscle mass, body fat percentage), urine density and body temperature were measured before and just after the two-hour endurance training. For the statistical analysis paired sample t-test was used.

Results: As a result of the statistical analysis, it was determined that there was a significant difference in body weight, body fluid amount, muscle mass, body fat percentage and body temperature ($p < 0.05$), but there was no statistically significant difference in urine density ($p > 0.05$). As a result, it was determined that there are statistically significant changes in body fluid amount, muscle ratio and body temperature values in endurance exercises performed in both environments.

Keywords: Endurance, Dehydration, Urine specific gravity, Body composition

SB393

ESKRİMCİLERDE PLİYOMETRİK VE DİRENÇ ANTRENMANLARININ YÖN DEĞİŞTİRME PERFORMANSINA ETKİLERİ

***[1]Sercin Kosova*, [2]Faik Vural, [1]Merve Koca Kosova**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** sercin.kosova@gmail.com, faik.vural1@gmail.com, merve.koca@deu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Eskrimde defansif ve ofansif aksiyonların temelinde oldukça fazla yön değiştirme hareketi bulunmakla birlikte bu sırada planlanan teknik hareketlerin uygulanabilmesi de kazanma adına oldukça önemlidir. Bu çalışmada 8 haftalık pliyometrik ve direnç antrenman uygulamalarının genç eskrimcilerde yön değiştirme performansı üzerine etkileri araştırılmıştır. Yöntem: Araştırmaya, düzenli antrenman yapan 38 eskrimci katıldı ve tüm grup; pliyometrik (n=13, 15.17±1.42 yıl, 169.38±9.13 cm, 60.23±9.24 kg), direnç (n=14, 15.35±1.89 yıl, 167.41±9.65 cm, 57.29±12.28 kg) antrenman grubu ile kontrol (n=11, 14.94±1.07 yıl, 164.16±7.09 cm, 55.38±7.05 kg) grubu olmak üzere üçe ayrıldı. Katılımcılara 8 haftalık antrenman programı öncesi ve sonrasında; antropometrik ölçümler sonrası eskrim branşına yönelik 4-2-2-4m yön değiştirme ve 7m tekrarlı hamle testleri (RLA) uygulandı.

Bulgular: 4-2-2-4m yön değiştirme testinde yapılan antrenman türü ile zaman arasında istatistiksel olarak anlamlı bir etkileşim belirlendi ($F(2,35)=4.280$, $p=.022$, $\eta p2 =.197$). Pliyometrik antrenman grubunda 4-2-2-4m yön değiştirme testinin süresindeki düşüş kontrol grubuna göre daha fazla iken pliyometrik ile direnç antrenman grubu ve direnç antrenman ile kontrol grupları arasında anlamlı bir farklılık yoktu. 7m RLA testinde grup x zaman etkileşiminde anlamlı bir etkileşim vardı ($F(2,35)=4.568$, $p=.017$, $\eta p2 =.207$). Pliyometrik antrenmanlar sonucunda istatistiksel olarak 7m RLA Test süresinde düşüş kontrol grubuna göre daha fazla iken direnç antrenman grubundan istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahip değildi, benzer şekilde direnç antrenman grubu ve kontrol grubu arasında da anlamlı bir farklılık yoktu.

Sonuç: Pliyometrik antrenmanların; eskrim branşı için müsabaka performansını belirleyen hareket profillerinin başında gelen yön değiştirme performansının gelişimini daha büyük etki düzeylerinde sağladığı belirlenmiştir. Ayrıca bu sonuçlar, seçkin eskrim sporcularının geliştirilmesinde ve antrene edilmesinde antrenman uygulamalarına yönelik bu yönde bir çalışma bulunmaması nedeniyle antrenörler ve araştırmacılar için ilgi çekici olabilir ve sporcuların uzmanlaşma süreci boyunca da yön değiştirme performansını iyileştirebilecek stratejileri dahil etme ihtiyacını ortaya koyabilir.

Anahtar Kelimeler: Yön değiştirme, Branşa Özgünlük, Çeviklik, Nöromüsküler Performans.

The Effects Of Plyometric And Resistance Training On Change Of Direction Performance Of Fencers

Abstract and Purpose: Although there is a lot of change of direction (COD) on the basis of defensive and offensive actions in fencing, it is also important to apply the planned technical movements in order to win. In this study, the effects of 8-week pliometric and resistance training on the COD performance of fencers were investigated. Method: 38 fencers who train regularly participated in the study. They divided into; plyometric (n=13,

15.17±1.42 age, 169.38±9.13 cm, 60.23±9.24 kg), resistance (n=14, 15.35±1.89 age, 167.41±9.65 cm, 57.29±12.28 kg) training group and control group (n=11, 14.94±1.07 age, 164.16±7.09 cm, 55.38±7.05 kg). Anthropometric tests, 4-2-2-4m COD, and 7m Repeat Lunge Ability (RLA) Tests were applied to the participants before and after the 8 weeks training.

Results: There were significant differences in groups x time interaction in the 4-2-2-4m COD ($F(2,35)=4.280$, $p=.022$, $\eta p2 =.197$). While the decrease in the duration of the 4-2-2-4m COD in plyometric group was further compared to the control group, there was no significant difference between plyometric and resistance groups and resistance and control groups. There were significant differences in groups x time interaction in the 7m RLA ($F(2,35)=4.568$, $p=.017$, $\eta p2 =.207$). The decrease in the duration of the 7m RLA in plyometric group was further compared to the control group, while there was no statistically significant difference between plyometric and resistance groups and resistance and control groups.

Conclusion: It has been determined that plyometric training provides the improvement of the COD performance which is leading movement profile that determines the competition performance for fencing, at greater effect levels. These results may be interesting for coaches and researchers as there is no such study on training practices in the development and training of fencers and it can reveal the requirement to include strategies that can improve athletes COD performance during specialization process.

Key Words: Change of Direction, Branch specific, Agility, Neuromuscular Performance

SB404

DÜZENLİ EGZERSİZ YAPAN BİREYLERDE BARFİKSTE KOL ÇEKME PERFORMANSINI BELİRLEYEN FAKTÖRLER

***[1]İbrahim Orkun AKCAN*, [2]Cengiz ÖLMEZ, [1]Mehmet ÖZTAŞ**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ERZİNCAN
[2]Milli Eğitim Bakanlığı, TRABZON

***Email :** orkunakcan24@gmail.com, cengolmez@gmail.com,*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, düzenli egzersiz yapan bireylerin barfikste kol çekme performansını belirleyen fiziksel ve motorik faktörlerin belirlenmesidir.

Yöntem: 117 katılımcının boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi, vücut yağ yüzdesi, kulaç boyu, el kavrama kuvveti, bacak kuvveti, sırt kuvveti ve maksimum barfiks performansı değerlerine ait tanımlayıcı veriler elde edildikten sonra değişkenler arası ilişkiler tespit edildi. Daha sonra tüm değişkenler, katılımcıların barfikste kol çekme performanslarına göre oluşturulan DP (düşük performans) ve YP (yüksek performans) grupları arasında karşılaştırıldı ve aralarındaki farklar 0,05 anlam düzeyinde incelendi.

Bulgular: Analiz sonuçları, katılımcıların barfikste kol çekme performansı seviyeleri ile boy uzunluğu (r=-0,364), vücut ağırlığı (r=-0,430), vücut kitle indeksi (r=-0,283), vücut yağ yüzdesi (r=-0,250) ve kulaç boyu (r=-0,342) arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğunu gösterdi (p<0,01). Katılımcıların barfikste kol çekme performanslarına göre oluşturulan DP ve YP gruplarına ait boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi, vücut yağ yüzdesi ve kulaç boyu arasındaki farkların anlamlı olduğu tespit edildi (p<0,05).

Sonuç: Araştırmadan elde edilen bulgular, barfikste kol çekme performansını etkileyen temel unsurların artan kuvvet oranından ziyade; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi, vücut yağ yüzdesi ve kulaç boyu olduğunu gösterdi. Boy ve kulaç uzunluğu birbiriyle ve vücut ağırlığıyla ilişkilidir ve bu antropometrik faktörler de VKİ ve vücut yağ oranı gibi barda asılı pozisyondayken ekstra yük oluşturmaktadır. Bu sonuçlar, sportif performans için vücut kompozisyonuna da en az motorik performans egzersizleri kadar önem verilmesi gerektiğini göstermektedir.

FACTORS DETERMİNİNG PULL- UP PERFORMANCE IN INDIVIDUALS WHO EXERCİSE REGULARLY

Objective: The aim of this study is to determine the physical and motoric factors that determine the pull-up performance in individuals who exercise regularly.

Methods: The relationships between the variables were determined after the descriptive data of 117 participants' height, body weight, body mass index, body fat percentage, stroke length, hand grip strength, leg strength, back strength, and pull-up performance has been acquired. All variables were then compared between DP (low performance) and YP (high performance) groups based on the participants ' pull-up performance and the differences between them were examined at 0.05 meaning level.

Results: The results of the analysis was showed that the relationships between pull-up performance levels of participants and height (r=-0,364), body weight (r=-0,430), body mass index (r=-0,283), body fat percentage (r=-0,250) and stroke length (r=-0,342) was significant ($p<0.01$). It was found that the differences between height length, body weight, body mass index, body fat percentage and stroke length of DP and YP groups formed according to the maximum performance of athletes ($p<0.05$) were significant.

Conclusion: The results of the study showed that the main factors affecting pull-up performance were height, body weight, body mass index, body fat percentage and stroke length, rather than increased strength ratio. Height and stroke length are related to each other and body weight, and these anthropometric factors, such as BMI and body fat ratio, create extra load when hanging in the bar. These results show that body composition should be given as much attention as motoric performance exercises for sporting performance.

SB411

12-13 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN FİZİKSEL ÖZELLİKLERİNİN GELİŞİMİNDE EĞİTSEL OYUNLARIN ETKİSİ

[2]Veli Başal, [1]Mehmet Fatih Yüksel

[1]Necmettin Erbakan Üniversitesi, KONYA
[2]İl Milli Eğitim Müdürlüğü, GAZİANTEP

Email : *velibasal@hotmail.com, yukselmehmetfatih@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı; 12-13 yaş grubu çocukların fiziksel özelliklerinin gelişiminde eğitsel oyunların etkilerini araştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya deney grubu 20 erkek/20 kız, kontrol grubu 20 erkek/20 kız öğrenci olmak üzere toplam 80 6.sınıf öğrencisi katılmıştır. Deney grubunu oluşturan katılımcılara 8 hafta süresince, haftada 3 gün ve her bir çalışmanın 90 dk ile sınırlandırıldığı eğitsel oyun programı uygulanmıştır. Çalışmamızda eğitsel oyunların öncesinde ve sonrasında katılımcıların fiziksel özelliklerini değerlendirmek amacıyla ölçüm ve testler uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Katılımcılarının grup içi ön test ve son test ortalama değerleri arasındaki farklılığın tespiti "Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi" ile deney ve kontrol grupları arasındaki farkların tespiti ise "Mann-Whitney U Testi" ile analiz edilmiştir. İstatistikî olarak anlamlılık seviyesi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Deney grubunda yer alan kız katılımcıların boy uzunluğu, BKİ, esneklik, durarak uzun atlama, sağlık topu fırlatma, 30 sn mekik çekme, 30 sn şınav çekme, flamingo denge, T testi, 20 m mekik koşu ve maksimum oksijen tüketimi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir. Deney grubunda yer alan erkek katılımcıların ise boy uzunluğu, BKİ, esneklik, durarak uzun atlama, dikey sıçrama, 5 m çabukluk, sağlık topu fırlatma, 20 m sürat, 30 sn mekik çekme, 30 sn şınav çekme, flamingo denge, T testi, ip atlama, 20 m mekik koşu ve maksimum oksijen tüketimi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p<0.05$) tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, eğitsel oyunların 12-13 yaş grubu bireylerin fiziksel gelişim parametreleri üzerine olumlu yönde etkileri olabileceği belirlenmiştir, uygulama sıklığı ve süresinin yeterli kabul edilebileceği sonucuna varılmıştır.

THE EFFECT OF EDUCATIONAL GAMES ON THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL PROPERTIES OF CHILDREN 12-13 YEARS

Introduction and Purpose: The purpose of this study is to investigate the effects of educational games on the development of physical properties of children aged 12-13. Method: A total of 80 students, including experimental group 20 boys / 20 girls, control grup 20 boys / 20 girls, participated in the study which are 6th grade students. The educational game program was applied to the participants who formed the experimental group for 8 weeks, 3 days a week and each study was limited to 90 minutes. In our study, measurements and tests were applied to evaluate the physical characteristics of the participants before and after the educational games. The data obtained were analyzed using SPSS 24.0 program. The determination of the difference between the pre-test and post-test average values of participants was analyzed with the "Wilcoxon Signed Ranks Test" and the diffrence

between the experiment and control groups was analyzed with the “Mann Whitney U Test”. Statistical significance level was accepted as $p < 0.05$.

Findings: There was a statistically significant difference in height, BMI, flexibility, long jump with standing, medicine ball throw, 30 sec sit- ups, 30 sec push-ups, balance, T test, 20 m shuttle run and maximum oxygen consumption values of the female participants in the experimental group. Also, there was a statistically significant difference in height, BMI, flexibility, long jump with standing, vertical jump, 5 m quickness, medicine ball throw, 20 m speed, 30 sec sit-ups, 30 sec push-ups, balance, T test, jump rope, 20 m shuttle run and the maximum oxygen consumption values of the male participants in the experimental group.

Result: As a result, it has been determined that educational games can have positive effects on physical development parameters of 12-13 year old children and the frequency and duration of implementation can be considered sufficient.

SB417

AYAK BAŞ PARMAĞI KUVVETİNİN ATLETİK PERFORMANS ILE İLİŞKİSİ

***[1]Dolunay Saray*, [2]Mustafa Şahin**

[1]İstanbul Rumeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

***Email :** dolunay.saray@rumeli.edu.tr, msahin@istanbul.edu.tr*

Bu çalışmada ayak baş parmağı kuvvetinin atletik performans ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan çalışmalarda ayak fleksörlerin performansa etki ettiği görülmüştür. Bu çalışmada ayak parmaklarının en büyük fleksör gücüne sahip baş parmağının performansa etkisini incelenmiştir. Çalışmaya U15 takımında bulunan 15 sporcu, U16 takımında bulunan 18 sporcu ve A takımda bulunan 19 sporcu toplamda 52 sporcu katılım sağlamıştır. Araştırmada ayak baş parmağı kuvveti ölçülmüştur. Bu ölçüm, 5m-10m-20m-30m sürat, pro agility çeviklik ölçümü, 505 testi, 90 derece sağdan ve soldan dönüş ve dikey sıçrama ölçümleri ile ilişkisi araştırılmıştır. İstatiksel analiz olarak pearsonkorelasyon testi kullanılmış, 0,05 düzeyinde anlamlılık araştırılmıştır. Tüm gruplarda sağ baş parmağı kuvveti iyi olan sporcunun sol baş parmağı kuvvetinin de iyi olduğu $p<0,01$ düzeydi ilişkili olduğu görülmüştür. U15 takımında bulunan sporcuların sol baş parmağı kuvveti ile sağ tek ayak sıçramaları arasında $p<0,05$ düzeyinde ilişkili olduğu görülmüştür. Sonuç olarak ayak baş parmağı kuvvetinin diğer performans özellikleri ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı bulunmuştur.

The Relation Of Big Toe Strength To Athletic Performance

The intention of this study was to examine the relationship between the toe strength and the athletic performance. The study revealed that feet flexors have an impact on the performance. The impact of the toe, which has the most flexor strength among the other fingers, on the performance was analyzed in this study. In total 52 sportsman (15 athletes from U15 team, 18 athletes from U16 team and 19 athletes from A team) participated to the study. The strength of the toe was measured in the study. The relation between this measurement, 5m-10m-20m-30m speed, pro agility measurement, 505 test, 90 degree right and left turn and vertical jump measurements were investigated. Pearson correlation test was used as the statistical analysis tool and statistical significance was questioned at 00.5 level. It was shown that in all groups, the athletes who have strong right toes also have strong left toes and this was correlated at $p<0,01$ level. There was a correlation between the left toe strengths of the athletes from U15 team and their right foot jumping at $p<0,05$ level. In conclusion, it was shown that there is and insignificant relationship between the toe strength and the other performance features.

SB419

KADINLAR DÜNYA HENTBOLUNUN LİDERİ AVRUPA TAKIMLARI MI?

***[1]Hikmet Vurgun*, [2]Murat Bilge, [2]Gökhan Deliceoğlu**

[1]Celal Bayar Üni. Spor Bilimleri Fakültesi Manisa
[2]Kırıkkale Üni. Spor Bilimleri Fak. Kırıkkale

***Email :** hikmetvurgun1@gmail.com, muratbilge@gmail.com, deliceoglugokhan@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kadınlar ve erkeklerde Avrupa takımlarının başarıları, hem Dünya Şampiyonalarında hem de Olimpiyatlardaki sıralamalarda kendini göstermiştir. Özellikle son düzenlenen 2019 Kadınlar Hentbol Dünya Şampiyonasında sıralamanın ilk dokuz takımının Avrupa takımı olması da bunu kanıtlamıştır. Bu çalışmanın amacı; Avrupa takımları ile diğer kıtalardan gelen takımların turnuvadaki tüm maçlarının analizlerini karşılaştırarak, teknik ya da taktik farklılıkları ortaya koymaktır. Bir diğer amaç da, aynı turnuvada ilk dörde giren takımlar ile 5-8. sıradaki takımların turnuvadaki tüm maçlarının analizlerini karşılaştırarak, başarıyı belirleyen parametreleri ortaya koymaktır

Yöntem: Tüm maçlar 72 parametrede video analiz yöntemiyle raporlandırılmıştır. Takımların hücum-kaleci-toplam atış etkinlikleri, top kaybı, faule yakalanma, pozisyon atış etkinlikleri ile hızlı hücum parametreleri analiz kapsamına sokulmuştur. Avrupa ve diğer kıta takımları ve ilk 4 ile ikinci 4' e giren takımların müsabaka sırasında uyguladıkları ilgili parametreler arasındaki farklılık için ilişkisiz örneklemler için t-testi uygulanmıştır.

Bulgular: Kadınlar Dünya Şampiyonası'na katılan 24 takımın 13'ü Avrupa kıtasını temsil etmiştir. Bu gruplandırma çerçevesinde yapılan t testi sonucuna göre, Avrupa takımlarının hücum ve atış etkinlikleri ile hızlı hücum sayısı-golleri açısından istatistiksel olarak diğer takımlardan daha başarılı oldukları belirlenmiştir ($p<0,05$). Top kaybı ve faule yakalanmada Avrupa takımları ortalamaları, diğerlerine göre anlamlı şekilde düşüktür ($p<0,05$). Avrupa takımları aleyhine tek anlamlı sonuç kaleci etkinliğinde ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). Diğer parametrelerde istatistiksel farklılık yoktur. Turnuvada ilk dört ile 5-8. sırada yer alan takımlar arasında yapılan analizde ise tek farklılık hücum etkinliğinde görülmüştür ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak Dünya hentboluna liderlik eden Avrupa takımlarının hücum performansına etki eden önemli parametrelerde diğer takımlara göre daha başarılı oldukları görülmüştür. Diğer takımlar lehine ortaya çıkan kaleci etkinliği ise bireysel başarı olarak değerlendirilebilir. İlk sekizde yer alan Avrupa takımlarının sıralama karşılaştırmasında hücum etkinliği hariç fark çıkmaması da, takımların birbirlerine ne kadar yakın olduğunu göstermiştir.

Are European National Teams Leading The World Handball For Women?

Introduction and purpose The achievements of European teams in women and men are reflected in both World Championships and rankings at the Olympics. The fact that the top nine teams of the ranking of the 2019 Women's Handball World Championships are the European team has proven this especially.

The aim of this study is; to reveal technical or tactical differences by comparing the analysis of all matches of European teams and teams from other continents in the tournament. Another aim is to compare the analysis of all

the matches between top four teams and 5-8. place teams in the tournament and to reveal the parameters that determine the success.

Method All matches are reported by video analysis method in 72 parameters. The offense-goalkeeper-total shooting efficiency, turnovers, getting fouled, position shooting efficiency and fast attack parameters of the teams were included in the analysis. For the difference between the relevant parameters applied by the European and other continental teams and the first 4 and the second 4 teams during the competition, the independent sample t-test was applied. Findings 13 national teams of the total 24 teams represented the European continent in the Women's World Championship. According to the results of the t test conducted within the framework of this grouping, it was determined that the European teams were statistically more successful than the other teams in terms of offensive and shooting efficiency and fast attack number-goals ($p<0.05$). The European teams averages in turnovers and getting fauled are significantly lower than the others ($p<0.05$). The only significant result in favor of other teams shown in the goalkeeper efficiency ($p <0.05$). There is no statistical difference in other parameters. In the analysis comparison made between top four teams and 5-8. place teams in the tournament, the only difference was seen in offense efficiency ($p <0.05$).

Results As a result, it has been observed that the European teams leading the world handball are more successful than the other teams in the important parameters effecting the attack performance. Goalkeeping activity in favor of other teams can be evaluated as individual success. The fact that there was no difference in the ranking comparison of the European teams in the top eight, except for offense efficiency, showed how close the teams were to each other.

SB421

ESKRİM SPORCULARINDA ALFA-2-ADRENERJİK RESEPTÖRÜ (ADRA2A) RS1800544 POLİMORFİZMLERİNİN DAĞILIMI

[1]Özlem Özge Yılmaz, [1]Tolga Polat, [1]Çisem Şılar, [2]Begüm Su Baltacıoğlu, [1]Başak Funda Eken, [1]Korkut Ulucan

[1]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye
[2]Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik Ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

Email : *y.ozlemozge@gmail.com*

GİRİŞ: Yapılan çalışmalar, sporcuların genetik yapılarının atletik performanslarına olan katkılarını göstermiştir. Atletik performans, sporcuların genetik ve çevresel faktörlerine bağlıdır. Spor genetiği çalışmaları, atletik performansı etkileyen genlerin tanımlanmasına yönelik kapsamlı bir araştırmayı içerir. Alfa-2-Adrenerjik reseptörler, sempatik sinirlerden ve merkezi sinir sistemindeki adrenerjik nöronlardan nörotransmiter salınımının düzenlenmesinde rol oynar. Ayrıca, Alfa-2-Adrenerjik reseptörler kan basıncının, lipolizin, insülin salgılanmasının ve trombosit agregasyonunun düzenlenmesinde de anahtar bir role sahiptir. Alfa-2-Adrenerjik reseptör geninin (ADRA2A) promoter bölgesindeki rs1800544 (C-1291G) polimorfizmi, atletik performansa etki eden birçok sistem ile ilişkilidir. Bu çalışmada, eskrim sporcularında Alfa-2-Adrenerjik reseptörü (ADRA2A) (rs1800544) polimorfizminin dağılımını incelemeyi amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışmamıza 16 eskrim sporcusu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan svap örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. ADRA2A genotiplemeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: ADRA2A analizinde 16 eskrim sporcusundan 8'i (%50) CC, 8'i (%50) CG genotipinde olduğu belirlenmiştir. ADRA2A için GG genotipine rastlanmamıştır. Allel dağılımları incelendiğinde C Allelinin %75 oranında, G Allelinin ise %25 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

TARTIŞMA: Çalışma kohortumuzda ADRA2A rs1800544 polimorfizminde CC ve CG genotipleri yüzdece aynı değerde olup aynı zamanda C allelininde G alleline baskın olduğu saptanmıştır. Yapılan çalışmlarda ADRA2A rs1800544 C alleline sahip bireyler düzen ve programlı hayat açısından G alleline göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Aynı zamanda G alleline sahip bireylerin depresyona yatkınlıkları C alleine göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir. ADRA2A rs1800544 polimorfizminin sporcu performansı ve antreman disiplini açısından etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

ANAHTAR KELİMELER: Spor, Genetiği, Polimorfizm, ADRA2A, Eskrim

Distribution Of Alpha-2-Adrenergic Receptor (ADRA2A) Rs1800544 Polymorphisms In Fencing Athletes

INTRODUCTION: Studies have shown the contribution of athletes' genetic makeup to their athletic performance. Athletic performance depends on athletes' genetic and environmental factors. Sports genetics studies include extensive research into identifying genes that affect athletic performance. Alpha-2-Adrenergic receptors play a role in the regulation of neurotransmitter release from sympathetic nerves and adrenergic neurons in the central nervous system. In addition, Alpha-2-Adrenergic receptors play a key role in regulating blood pressure, lipolysis, insulin secretion, and platelet aggregation. The rs1800544 (C- 1291-G) polymorphism in the promoter region of the alpha-2-Adrenergic receptor gene (ADRA2A) is associated with many systems that affect athletic performance. In this study, the distribution of Alpha-2-Adrenergic receptor (ADRA2A) rs1800544 polymorphism in fencing athletes.

MATERIALS-METHODS: 16 fencing athletes participated in our study. DNA isolation from swap samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For DRD2 genotyping, real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol was performed.

RESULTS: In the ADRA2A analysis, it was determined that 8 (50%) of 21 16 fencing athletes were CC and 8 (50%) of them were CG genotype. No GG genotype was found for ADRA2A. When allele distributions were examined, it was observed that the C allele was 75% and the G allele was 25%.

DISCUSSION: In our study cohort, the CC and CG genotypes in the ADRA2A rs1800544 polymorphism was found to be the same in percentage, and the C allele was found to be dominant for the G allele. Studies have reported that individuals with ADRA2A rs1800544 C allele are higher than the G allele in terms of order and programmed life. At the same time, individuals with the G allele are more prone to depression than those with the C allele. In order to reveal the effect of ADRA2A rs1800544 polymorphism on athlete performance and training discipline, more studies with athletes from different branches are needed.

KEYWORDS: Sports, Genetics, Polymorphism, ADRA2A, Fencing

SB423

TEAKWONDO SPORCULARININ DOPİNGE YÖNELİK TUTUMLARININ BELİRLENMESİ

[2]Şadiye Doğan, [1]Serkan Dağdelen

[1]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Hareket Ve Antrenman Antalya
[2]Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antalya

Email : *gamze_-_dogan@hotmail.com, serkandagdelen0250@hotmail.com*

Doping madde ve yöntemlerinin kullanımı, tarihin en eski dönemlerinden bu yana, sportif ve sosyal açıdan insanlara ve toplumlara zarar vermeye devam etmektedir. bu zararların belirlenmesi ile birlikte doping ile mücadele oldukça hız kazanmıştır. ayrıca, bu mücadele, günümüzde kurumsal ve sistematik bir şekilde devam etmektedir.bu çalışmanın amacı, taekwondo branşındaki kadın ve erkek sporcuların dopinge yönelik tutumlarının belirlenmesidir. ayrıca; sporcuların cinsiyet, yaş, spor branşı, spor yaşı ve elitlik düzeyi gibi değişkenler dikkate alındığında, sporcuların doping kullanımına yönelik tutumları arasındaki farkın incelenmesi çalışmanın alt amaçlarını oluşturur.Araştırmaya, birçok ilden sporcular katılmıştır. Sporcular 142 (56.8) erkek ve 108 (43.2) bayan olmak üzere toplam 250 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. veri toplama aracı olarak "doping kullanımına yönelik tutum ölçeği" (DKYTÖ) kullanılmıştır. ölçek 5'li likert tipi olup toplam 10 sorudan oluşmaktadır.katılımcıların, DKYTÖ puanlarında; milli olma ve doping kontrolünden geçme durumu ve "doping sizce sporcuların sağlığı üzerinde olumsuz etki yaratır mı?" sorusuna verdikleri cevapları arasında anlamlı fark vardır ($P<0.05$).katılımcıların, DKYTÖ puanlarında; uluslararası başarı durumlarının cevaplar arasında kayda değer bir fark olmadığı görülmüştür ($P>0.05$). çalışmadan elde edilen bulgulara dayanarak, spor yaşı, müsabaka tecrübesi uluslararası müsabaka deneyimi, doping ve doping yaptırımı ile ilgili bilgi düzeyi yüksek olan sporcuların dopinge karşı eğilimlerinin düşük olduğu belirlenmiştir. bu bilgiler ışığında, dopinge karşı mücadelede WADA; eğitim, kontroller ve yaptırımlar konusunda var olan çalışmalarına devam etmelidir. ayrıca uluslararası müsabakaya katılım artırılarak sporcuların müsabaka ve doping kontrolleri ile ilgili tecrübeleri yaşayarak öğrenmeleri de sağlanabilir. Anahtar Kelimeler: Doping, Olimpiyat, Elit, Sporcu, Tutum.

TAEKWONDO ATHLETES ATTİTUDES TOWARDS DOPİNG

The use of doping substances and methods has continued to harm people and communities, both sporty and social, since the earliest significance of history. combating doping has gained momentum with the determination of these damages. In addition, this struggle continues institutionally and systematically today. The aim of this study is to determine the attitudes of male and female athletes in the taekwondo branch towards doping. also; when the variables such as gender, age, sports branch, sports age and elite level are taken into consideration, the sub-objectives of the study are the examination of the difference between athletes' attitudes towards doping use.athletes from many provinces participated in the study. a total of 250 athletes, 142 (56.8) men and 108 (43.2) women, participated voluntarily. as the data collection tool, " the scale of attitudes towards doping " was used. the scale is a 5-point Likert type and consists of 10 questions.Participants, DKYTÖ scores; national status and passing doping control and " do you think doping will have a negative impact on the health of athletes?"the question there is a significant difference between their responses ($p<0.05$).In the participants' DKYTÖ scores; it was observed that there was no significant difference between the answers of international successes ($P> 0.05$). based on the findings obtained from the study, it was determined that athletes with high level of knowledge about sports age, competition experience, international competition experience, doping and doping sanction have low tendency to doping.In the light of this information, WADA in the fight against doping; It should continue its existing work on training, controls and sanctions. In addition, the participation in international competitions can be increased, enabling athletes to learn by experiencing experiences regarding competition and doping controls.

Keywords: Doping, Olympic, Elite, Sportsman, Attitude

SB425

BADMİNTONA ÖZGÜ ÇEVİKLİK TESTLERİNİN ETKİ BÜYÜKLÜKLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Berk AVCI*, [1]Erkan GÜNAY**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** berka9619@gmail.com, erkan.gunay@deu.edu.tr*

Giriş ve amaç: Badminton sporuna özgü çeviklik testleri ile ilgili yapılan araştırmalarda testlerin geçerlik ve güvenirlikleri veya antrenman ile elde edilen değişimler sıklıkla araştırılmıştır. Ancak sahada kullanılabilirlik açısından hangi test bataryasının daha etkili olabileceği konusu tam olarak bilinmemektedir. Bu çalışmanın amacı, badminton sporuna özgü çeviklik testlerinin etki büyüklüklerinin incelenmesi ve araştırılmasıdır.

Yöntem: Araştırmaya 18-25 yaş aralığında 40 erkek gönüllü katıldı. Deney grubu ortalama 6,1 yıl antrenman geçmişi olan ve düzenli olarak müsabakalara katılan 20 erkek badmintoncu oluşturdu. Kontrol grubu ise herhangi bir spor geçmişi olmayan ve düzenli egzersiz yapmayan 20 katılımcıdan oluşturuldu. Deney grubuna 6 hafta boyunca, haftada 3 birim olmak üzere 45 dakika çeviklik antrenman modülü uygulandı. Deney grubuna antrenman programı öncesi ve sonrasında T test, Walklate, Four corner ve Sideways çeviklik testleri ön test ve son test olarak uygulandı. Ön test – son test değerleri arasındaki farklılıkların belirlenmesi için "Sample paired T-test", etki büyüklüklerinin belirlenmesi için "Cohen d size effect" formülü kullanıldı.

Bulgular: Badmintona özgü kullanılan testlerin ön test ve son test bulguları arasında anlamlı bir farklılık bulundu($P<0,01$). Testlerin etki büyüklükleri, Sideways 1.46, four corner 1.25 ve Walklate testi 0.70'dir.

Sonuç: Testlerin etki büyüklükleri sırasıyla Sideways, Four corner, Walklate testi olarak tespit edildi. Bulgular bu deney grubunda Sideways testinin, badmintona özgü çeviklik gelişiminin ölçülmesi ve değerlendirilmesi için daha uygun bir test bataryası olduğunu göstermektedir. Gelecek araştırmalarda yüksek antrenman düzeyine sahip daha yüksek katılımcı sayısıyla planlanan araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Badminton, Çeviklik, Etki büyüklüğü, Sideways çeviklik testi, Four corner çeviklik testi, Walklate çeviklik testi

Examining The Effect Sizes Of Badminton Specific Agility Tests

Introduction: In the studies on agility tests specific to badminton sports, the validity and reliability of the tests or the changes obtained by training were frequently investigated. However, it is not known exactly which test battery would be more effective in terms of field usability. The aim of this study is to examine and investigate the effect sizes of badminton specific agility tests.

Method: 40 male volunteers aged 18-25 participated in the study. The experimental group consisted of 20 male badminton players with average 6,1 years of training age and participating in regular competitions, and the control group of 20 people without training history and not exercising regularly. The agility training module was applied to the experimental group for 6 weeks, 3 units per week for 45 minutes. All tests in the study were applied to the experimental group before and after the training program. "Sample paired T-test" was used to determine the

differences between the pretest-posttest values of the experimental and control groups. (P<0,01) The effect sizes were calculated according to the “Cohen d size effect” formula.

Results: There is statistically significant difference between the pre-test and post-test findings of the tests used specifically for badminton. (P<0,01) In terms of effect sizes, these tests were found as Sideways 1.46, Four corner 1.25 and Walklate test 0.70, respectively.

Conclusion: The effect sizes of the tests were determined as Sideways, Four corner, Walklate tests, respectively. The findings suggest that the Sideways test is a more suitable test battery for measuring and evaluating. There is a need for studies planned with higher numbers of participants with higher training levels in future studies.

Keywords: Badminton, Agility, Impact size, Sideways agility test, Four corner agility test, Walklate agility test

SB430

AVRUPA ŞAMPİYONLAR LİGİ GRUP MAÇLARINDA ATILAN GOLLERİN ANALİZİ: 2019-2020 SEZONU

[2]Erhan Işıkdemir, [1]Şevket Cihat Özer, [1]Erdal Altunkaş, [1]Muzaffer Toprak Keskin

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir
[2]Pamukkale Üniversitesi, Denizli

Email : *erhanisikdemir20@gmail.com, scihatozer@gmail.com, ealtunkas7@hotmail.com, toprakkeskin@hotmail.com*

Giriş: Futbolda takımların teknik-taktik antrenmanlarının ve oyun organizasyonlarının planlanması aşamasında yapılan değerlendirme analizleri ve müsabaka analizleri son derece önemlidir. Amaç: Bu çalışmanın amacı da 2019-2020 UEFA Şampiyonlar Ligi Grup maçlarında ev sahibi olma avantajı, atılan gollerin maçın bölümlerine göre dağılımı, golü atan oyuncunun topa temas sayısı, takımların topa sahip olma oranları ve duran toplardan atılan gollerin analizlerinin yapılmasıdır.

Yöntem: Çalışmanın veri grubunu şampiyonlar ligi grup aşamasında eylül ve aralık ayları arasında oynanan 96 maçta atılan goller ve istatistiksel veriler oluşturmaktadır. Çalışmada kullanılan 96 futbol karşılaşmasının tüm görüntüleri resmi maç yayıncısı olan ve kullanıma açık veriler üzerinden ulaşılmış ve iki analizci tarafından notasyonel sistemle kayıt altına alınmıştır. Çalışmada, maçın bölümlerinde atılan gol dağılımı, gol öncesi atak yönü, gol sırasında golü atan oyuncunun topa temas sayısı, ev sahibi ve deplasman takımlarının topa sahip olma oranı ve duran toplardan atılan gollere ilişkin değerlendirme yapılmıştır. Elde edilen verilere ait yüzde (%) ve frekans (f) dağılımları tablo ve grafik olarak verilmiştir.

Bulgular: Yapılan çalışma sonuçlarına göre en fazla golün müsabakanın son bölümlerinde atıldığı (79 gol - %25.64), merkezden yapılan hücumlarda sağ ve sol kanatlardan yapılan hücumlara göre daha fazla gol olduğu (116 gol - %37,66), gol öncesi golü atan oyuncunun topa sahip olma oranına bakıldığında tek temasla atılan gol sayısının daha fazla olduğu (208 gol - %67,53) görülmektedir.

Sonuç: Sonuç olarak müsabakaların son bölümlerinde takımların daha fazla gol bulduğu, gol sırasında topla temas sayısının artmasının golün gerçekleştirme olasılığını düşürdüğü, ev sahibi takımların topa sahip olma noktasında daha başarılı olduğu ve merkezden yapılan hücumlar sonrasında sonuca gitme noktasında takımların daha başarılı olduğu söylenebilir. İlerleyen çalışmalarda özellikle takımların maçın son bölümlerinde yüksek şiddetli iş yapma düzeyleri, topa en fazla sahip olma oranın hangi bölgede yoğun olarak gerçekleştiği ve gol sırasındaki atak sonuçlandırma süresine yönelik çalışmaların yapılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Gol, Analiz, Ev Sahibi Olma Avantajı

Analysis Of Goals Scored In European Champions League Group Matches: 2019-2020 Season

Evaluation analyses and competition analyses are extremely important during the planning of game organizations and technical-tactical trainings in football. The aim of this study is to analyze the advantage of being home side, the distribution of scored goals according the parts of the match, the number of ball touches of the players who

scored, teams' percentages of possession of the ball and percentages of goals scored from set pieces in 2019-2020 UEFA Champions League. The data group of the study consists scored goals and statistical data in 96 football matches in championship group stage played between September and December. All of the used images of the 96 football matches were taken from the championship's official broadcaster and publicly available data. These were recorded with the notational system by two analysts. The following subjects are evaluated in this study; distribution of scored goals in different parts of match, the directions of attack before the goal, the number of touches of the player who scored during the moment of scoring goal, home and away teams' rates of possessions of the ball and goals scored from the set pieces. Percentage (%) and frequency (f) distributions of the obtained data are given in tables and graphics. According to the results of study, highest number of goals were scored during the last parts of the game (79 goals - %25.64), more goals scored from attacks through center than from attacks through right and left wings (116 goals - %37,66), more goals scored with one touch than more touches according to scorer's the percentage of possesion of the ball before scoring (208 goals - %67,53). As results of this study these can be said, teams score more goals in the last part of the matches, having more touches to ball during the scoring lowers the possibility of score goal, home teams are more successful than away teams in subject of possesion of the ball and teams score more goal with attacks start from center. We can suggest following subjects for evaluation in further studies; level of teams' high intense working capacities in the last part of the game, highest rate of possesion of ball happens in which area of the pitch and durations of finishing the attacks during score.

Key Words: Soccer, Goal, Analysis, Home Advantage

SB436

FUTBOL OYUNCULARINDA LABORATUVAR VE SAHA TESTLERİYLE DEĞERLENDİRİLEN MAKSİMAL AEROBİK HIZIN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Erkan AKDOĞAN*, [1]Cihan AYGÜN, [1]Hayriye ÇAKIR ATABEK, [1]Ali Onur CERRAH**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir Türkiye

***Email :** eakdogan@eskisehir.edu.tr, cihan_aygun@eskisehir.edu.tr, hayriyecakir@eskisehir.edu.tr, aocerrah@eskisehir.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, futbolcularda VAM-EVAL ve Yo-Yo aralıklı toparlanma testinden (YYIR1) elde edilen maksimal aerobik hızı (MAS), şiddeti kademeli artan (dakikada, 1 km/s) koşu bandı testinden elde edilen MAS ile karşılaştırmaktır. On sekiz amatör erkek futbolcu (yaş: 25.94 ± 5.13 yıl, boy uzunluğu: 177.77 ± 4.89 cm, vücut ağırlığı: 75.74 ± 7.14 kg) aşağıdaki testlerle değerlendirilmiştir: a) maksimal oksijen tüketimi (VO2maks) ve MAS (koşu bandı) değerlerini doğrudan belirlemek için, bir koşu bandı testi; b) dolaylı bir VAM-EVAL Testi; c) dolaylı YYIR1. Sonuçlar son hız, mesafe ve test süresi değerlerinin testler arasında önemli ölçüde farklı olduğunu göstermiştir [YYIR1 - VAM- EVAL; YYIR1 - koşu bandı testi ve VAM-EVAL - koşu bandı testi arasında ($p < 0.05$)]. En yüksek MAS değeri, YYIR1 ve VAM-EVAL testlerinden anlamlı farklı olan koşu bandı testi (17.10 ± 1.38 km/s) sırasında kaydedilmiştir (YYIR1: 15.82 ± 0.66 ve VAM-EVAL: 14.33 ± 0.69 km/s; $p < 0.001$). Koşu bandı testinin MAS değeri YYIR1 MAS ve VAM-EVAL MAS değerleri ile ayrıca YYIR1 MAS değerinin ise VAM- EVAL MAS değeri ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur ($r > .62$). Diğer taraftan, koşu bandı VO2maks değeri, YYIR1 VO2maks değeri ile önemli ölçüde ilişkili olduğu, ancak koşu bandı VO2maks le VAM-EVAL VO2maks değeri arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, YYIR1, VAM-EVAL ve seçilen koşu bandı protokolünün MAS değerleri arasında istatistiksel açıdan ilişki bulunmasına rağmen, bulgularımız MAS ve VO2maks değerlerinin YYIR1, VAM-EVAL ve seçilen koşu bandı protokolü arasında önemli ölçüde farklı olduğunu göstermekte ve birbirlerinin yerine kullanılmaması gerektiği fikrini desteklemektedir.

Anahtar Kelimeler: Maksimal aerobik hız, koşu bandı testi, VAM-EVAL, Yo-Yo testi

Comparing The Maximal Aerobic Speed Assessed With Laboratory And Field Tests In Soccer Players

The aim of the study was to compare the Maximal aerobic speed (MAS) obtained from the VAM-EVAL and Yo-Yo intermittent recovery test (YYIR1), with an incremental (1 km/h per min) treadmill test in soccer players. Eighteen amateur male soccer players (Age: 25.94 ± 5.13 years, height: 177.77 ± 4.89cm, body weight: 75.74 ± 7.14kg,) was evaluated with the following tests: a) a treadmill test to directly determine values of maximal oxygen uptake (VO2max) and MAS (Treadmill); b) an indirect VAM-EVAL Test; c) an indirect (YYIR1). The results demonstrated that the last speed, distance, and test duration values are significantly different among the tests [YYIR1 vs. VAM-EVAL; YYIR1 vs. treadmill tests; and VAM-EVAL vs. treadmill tests ($p<0.05$)]. The highest MAS value was recorded during the treadmill test (17.10 ± 1.38 km/h) which was significantly different from YYIR1 and VAM-EVAL tests (15.82 ± 0.66 and 14.33 ± 0.69 km/h, respectively; $p<0.001$). The analysis also showed that treadmill MAS value was significantly correlated with YYIR1 MAS and VAM-EVAL MAS values, also YYIR1 MAS value was significantly correlated with VAM-EVAL MAS value ($r > .62$). On the other hand, treadmill VO2max value was significantly correlated with YYIR1 VO2max value, but no significant correlation was determined between treadmill VO2max and VAM- EVAL VO2max value. Despite the significant correlation among the MAS values of YYIR1, VAM-EVAL and selected treadmill protocol, our findings show that, the MAS and the VO2max values are significantly different among YYIR1, VAM-EVAL and selected treadmill protocol, and support the idea that they should not be used interchangeably.

Key words: Maximal aerobic speed, treadmill tests, VAM-EVAL test, Yo-Yo Test

SB442

YOGA YAPAN KADINLARIN VÜCUT KOMPOZİSYONLARINA GÖRE KUVVET, ESNEKLİK VE DENGE PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

[2]Bilgihan BÜYÜKTAŞ, [1]Barışcan Öztürk, [3]Demet ÖZTÜRK, [4]Özgür AKTAŞ

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi, Adana
[3]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Adana
[4]Aksaray Üniversitesi,Aksaray

Email : *bariscan.ozturk.bc@gmail.com*

Amaç: Bu araştırma yoga yapan kadınların vücut kompozisyonlarına göre kuvvet, esneklik ve denge parametrelerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden kadınların yaş ortalamaları 37,58±8,92 yıl, ağırlık ortalamaları 57,10±7,66 kg, boy ortalamaları 1,63±0,04 m, spor yaşları 2,08±1,62 yıl, BMI ortalamaları ise 21,49±2,97 kg/m2 olarak bulunmuştur. Çalışmada elde edilen verilerin normallik dağılımını belirlemek için Shapiro-Wilk testi uygulanmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik testler uygulanmıştır. İkiden fazla grupların ortalamaları arasındaki farkların karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA), ilişkilerin belirlenmesinde ise Pearson korelasyon testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen verilere göre yoga yapan kadınların vücut kompozisyonlarına göre kuvvet, statik denge parametrelerinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p<0,05$). Sağ-Sol ekstremite dinamik denge ve esneklik parametreleri üzerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Esneklik parametresinde anlamlı farklılığın normal vücut yağ oranına sahip bireylerden kaynaklandığı bulunurken, sağ-sol ekstremite dinamik dengede ise yüksek düzeyli yağ oranına sahip bireylerden kaynaklandığı bulunmuştur. Ayrıca vücut yağ oranı ile BMI ($r=0,773$) ve esneklik ($r=-0,343$) parametreleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Bu bulgular neticesinde yoga yapan kadınların vücut kompozisyonlarının statik denge ve kuvvet parametrelerini etkilemediği, esneklik ve dinamik denge parametrelerini etkilediği ayrıca, vücut yağ oranı ile esneklik arasındaki ilişkiye bağlı olarak da vücut yağ oranının artmasının esnekliği olumsuz yönde etkileyebildiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yoga, Dinamik Denge, Vücut Kompozisyonu, Esneklik, Kuvvet

INVESTIGATION OF STRENGTH, FLEXIBILITY AND BALANCE PARAMETERS ACCORDING TO BODY COMPOSITIONS OF WOMEN WHO PRACTİCE YOGA

Aim: This research was conducted to examine the strength, flexibility and balance parameters of women who practice yoga, according to their body composition.

Method: Women who accepted to participate in the study had a mean age 37.58 ± 8.92 years, mean weight 57.10 ± 7.66 kg, average height 1.63 ± 0.04 m, sports age 2.08 ± 1.62 years BMI averages were found as 21.49

± 2.97 kg / m2. Shapiro-Wilk test was used to determine the normality distribution of the data obtained in the study. Parametric tests were applied as the data showed normal distribution. One-way analysis of variance (ANOVA) was used to compare the differences between the means of more than two groups, and the Pearson correlation test was used to determine the relationships. The level of significance was accepted as 0.05. Results: According to the data obtained, there was no significant difference in strength and static balance parameters according to body composition of women who practice yoga ($p < 0.05$). A significant difference was found on the right-left extremity dynamic balance and flexibility parameters ($p < 0.05$). It was found that the significant difference in the flexibility parameter originated from individuals with normal body fat ratio, while it was found to be caused by individuals with a high level of fat ratio in right-left extremity dynamic balance. In addition, a significant relationship was found between body fat ratio and BMI ($r = 0.773$) and flexibility ($r = -0.343$) parameters.

Conclusion: As a result of these findings, it can be said that the body composition of women who do yoga does not affect the static balance and strength parameters, affects the flexibility and dynamic balance parameters, and the increase in body fat ratio due to the relationship between body fat ratio and flexibility may negatively affect flexibility.

Keywords: Yoga, Dynamic Balance, Body Composition, Flexibility, Strength

SB449

KADIN VOLEYBOLCULARDA BAZI PERFORMANS DEĞİŞKENLERİN SERVİS PERFORMANSINA ETKİSİ

[1]Alican Karaağaç, [1]Canan Çaplık, [1]Bilal Demirhan, [1]Ali Özkan

[1]Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın

Email : *karaagaca401@gmail.com, bilaldemirhan55@gmail.com, aozkan@bartin.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı 12-14 yaş kadın voleybolcularda bazı performans özelliklerinin servis performansına etkilerinin incelenmesidir. Çalışmaya Bartın ilinde yer alan bir spor kulübünün yıldız takımında voleybol oynayan toplam 12 kadın sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan deneklerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı ölçümleri yapılmıştır. Bacak, sırt, pençe ve parmak kuvvetleri belirlemesinde izometrik kuvveti dinamometresi kullanılmıştır. Servis performansının belirlenmesinde ASPET servis testi kullanılmıştır. Anaerobik performansın belirlenmesinde aktif ve skuat sıçrama testi kullanılmıştır. Yapılan Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon sonucunda elde edilen servis performansı ile dikey sıçramadan elde edilen aktif sıçrama ($r=.591$; $p<0.05$), anaerobik güç ($r=.691$; $p<0.01$) ve el uzunluğu ($r=.583$; $p<0.05$) arasında ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak bu çalışmada elde edilen bulgular aktif sıçrama dikey sıçramadan elde edilen anaerobik güç ve el uzunluğu servis performansının belirlenmesinde önemli rol oynadığını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Servis Performansı, El uzunluğu, Voleybol

Effects Of Some Performance Values On Serve Performance In Female Volleyball Players

The purpose of this study was to examined to determine the effects of some performance values on serve performance in female volleyball players. A total of 12 junior female volleyball players participated in this study voluntarily. Subjects' height, and body weight were determined. Isometric Dynamometer was used for the determination of knee, back, grip and pinch strength. Sit and reach, neck and arm test was used to determination of flexibility. The ASPET Serve Test was used to determination of serve performance. Vertical and squat jump was used to determination of anaerobic performance. Results of Pearson Product Moment correlation analysis, serve performans was significantly correlated with vertical jump ($r=.591$; $p<0.05$), anaerobic power ($r=.691$; $p<0.01$) and hand length ($r=.583$; $p<0.05$). As a conclusion, the results of the present study indicated that vertical jump, anaerobic power and hand length were important determining serve performance in volleyball players.

Key Words: serve performance, hand length, volleyball

SB451

KARATE SPORCULARINDA DENGE VE PERFORMANS İLİŞKİSİ (YENİ MODELLENMİŞ DENGE PLATFORMU ÇALIŞMASI)

***[1]Birsen Engin*, [2]Erkan Günay, [3]Cem Şeref Bediz**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/İzmir
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı/İzmir
[3]Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Egzersiz Fizyolojisi Bilim Dalı/İzmir

***Email :** slatko_kosa@hotmail.com, erkanswim@gmail.com, cem.bediz@gmail.com*

Giriş ve Amaç; Yapılan araştırmalar denge performansı ile bazı atletik performans parametreleri (dikey sıçrama gibi) ve sakatlık riski arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Ancak müsabık seviyedeki sporcuların branşa özgü performans çıktıları ile denge ilişkisini araştıran çalışmalar sınırlı sayıdadır. Sahada ergonomik olarak kullanılabilen yıldız denge testi gibi bataryalar multi eksen ve düzlemde değerlendirme yapmadığı için denge becerisinin değerlendirilmesinde koymamaktadır. Bu çalışmanın amacı yeni modellenen birçok yönlü denge platformunda karate sporcularının müsabaka performansları ile dinamik denge becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır.

Yöntem; Araştırmaya toplamda 28 gönüllü sporcu (11-15 yaş, 13 erkek 15 kadın) katılmıştır. Katılımcıların ilk olarak benzerleştirilmiş yarışma ortamında kumite müsabaka performansları belirlenmiştir. Ardından Dinamik Denge ölçümleri için "Y" Testinden modifiye edilmiş beş kollu platformda gözler açık ve kapalı olmak üzere, 6 yönde ölçümler gerçekleştirilmiştir. Bulgular; Kumite müsabaka puanı (138,03 Sd ±72,80) ile sağ ve sol ayak gözler açık dinamik denge becerisi arasında yüksek düzeyde korelasyon bulundu. (r=0,708, r=0,783, r=0,783, r=0,745, r=0,785, r=0,785 ve p<0.01). Kumite müsabaka puanı ile sağ ve sol ayak gözler kapalı dinamik denge becerisi arasında yüksek düzeyde korelasyon bulundu. (r=0,786, r=0,805, r=0,805, r=0,808, r=0,817, r=0,817 ve p<0.01.)

Sonuç; Bulgular gözler açık ve kapalı durumdaki dinamik denge performansı ile müsabaka performansı arasında yüksek düzeyde bir ilişki olduğuna vurgu yapmaktadır. Geliştirilen platformun daha fazla açıda değerlendirme yapması antrenman ile geliştirilmesi gereken kritik denge noktalarının tespit edilmesine katkı sunabilir.

Anahtar Kelimeler; Karate, Kumite, Statik Denge, Dinamik Denge

The Relationship Between Balance And Performance On Karate Athletes (New Modeled Balance Platform Study)

Introduction and purpose; Studies have clearly demonstrated the relationship between balance performance and athletic performance parameters (such as vertical jumping) and injury risk. However, studies investigating the relationship between competitive level athletes and branch-specific performance outcomes are limited and inadequate. The fact that the tests of batteries such as the star balance test, which can be used ergonomically in the field, do not evaluate in multi-axis and plane reveals doubtful results in the evaluation of balance ability. The aim of this study is; To investigate the relationship between the competitive performance of karate athletes and their dynamic balance skills in the newly modeled multi-directional balance platform.

Methods; A total of 28 volunteer athletes (11-15 years old, 13 men and 15 women) participated in the study. First, the Kumite competition performances of the participants were determined in a similar competition environment. Then, for Dynamic Balance measurements, measurements were made in 6 directions, eyes open and closed, on a five-arm platform modified from the "Y" Test. Results; A high level of correlation was found between Kumite competition score (138.03 Sd ± 72.80) and dynamic balance skill with right and left feet and eyes open ($r = 0.708$, $r = 0.783$, $r = 0.783$, $r = 0.745$, $r = 0.785$, $r = 0.785$ and $p < 0.01$.) A high level of correlation was found between the Kumite competition score and dynamic balance skill with eyes closed on the right and left feet. ($r = 0.786$, $r = 0.805$, $r = 0.805$, $r = 0.808$, $r = 0.817$, $r = 0.817$ and $p < 0.01$.)

The Findings of the current study highlight a high level of relationship between dynamic balance performance with eyes open and closed and competition performance. The evaluation of the developed platform from more angles may contribute to the determination of critical balance points that need to be improved with training.

Key words: Karate, Kumite, Static Balance, Dynamic Balance

SB453

ELİT ORTA MESAFE KOŞUCULARININ LAKTAT EŞİKLERİ İLE LAKTAT ELİMİNASYONU ÜZERİNE ETKİLERİ NELERDİR?

[1]ALİ GÜREŞ, [1]MUHAMMED ÖMER EREN, [1]YALÇIN DALAY

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aydın, TÜRKİYE

Email : *aligures74@windowslive.com, momer54@hotmail.com, yalcindalay@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı maksimal egzersizden sonra aktif dinlenmenin kan laktat değerlerine etkilerini araştırmaktır. Orta mesafe koşularında yüksek kan laktat düzeyleri bireysel olarak farklılık gösterebilir. Bu düzeylerin sırasıyla 2.0 ve 4.0 mm olduğu aerobik ve anaerobik eşikler dayanıklılık kriteri olmanın yanı sıra, uygun antrenman yüklerini belirlemek ve performans gelişimini gözlemek için de kullanılır. Laktik asit birikiminin eliminasyonu (LE) da performansı etkileyen önemli bir unsur olabilir. Ancak, eşik hızlarındaki antrenmanlarda laktat değişim süreci ile aktif ve pasif toparlanmada LE ilişkisini saha koşullarında inceleyen çalışma sayısı sınırlıdır. Bu çalışmada elit seviyede orta mesafe koşucularını 12 haftalık antrenmanın aerobik ve anaerobik etkileri ile istemli yorgunluğa kadar sürdürülen koşu testi sonrası gözlenen laktat eliminasyonunun bu eşik hızları ile ilişkisinin araştırılması amaçlandık. Çalışmaya katılan ve yaş ortalamaları 20,8 ± 3,7 olan 14 sporcudan 13'unde sezona hazırlık döneminin başlangıcı ve 12 hafta sonrasında aerobik ve anaerobik hızları belirlendi. Test protokolü olarak kademeli 1200m koşu uygulandı. Her kademede kapiller kan laktat ölçümleri yapıldı. 12 hafta sonunda 14 sporcuda toparlanma çalışması gerçekleştirildi. Sporcular eşit olarak aktif ve pasif toparlanma gruplarına ayrıldı. laktat eliminasyonu (LE)saptanması için testin bitiminden 2 (LA2) ve 10 dk sonra (LA10) kan örnekleri alındı. Kan laktat konsantrasyonu düşüş hızı (∆mM/dk), laktat eliminasyonu (LE) kabul edildi. Aktif LE'sinin pasif dinlenmede anlamlı oranda yüksek ($p<0.05$) bulunması çabuk toparlanma için yavaş tempolu koşu ve kısa süreli germe çalışmaları şeklindeki aktif toparlanmanın daha yararlı olduğuna işaret etti. Eşik hızları ile laktat eliminasyonu (LE) değerleri arasındaki ilişki anlamlı düzey saptanamadı ($p>0.05$).

Anahtar Sözcükler: eliminasyon, aerobik eşik, anaerobik eşik, kan laktatı

WHAT ARE THE EFFECTS OF ELITE MIDDLE DISTANCE RUNNERS ON LACTATE THRESHOLDERS AND LACTATE ELIMINATION?

Abstract The aim of this research is to analyze the impact of active recreation on blood lactate levels after maximal exercise. High blood lactate levels may differ on an individual basis in middle distance running. Aerobic and anaerobic thresholds ,blood lactate levels of which are 2.0 and 4.0 mm respectively, are not only criteria of endurance, but are also used in order to determine training loads and to observe performance improvement. Elimination of lactic acid buildup (LE) can also be an important factor that affects performance. However, the number of studies examining the lactate change process in training at threshold speeds and LE in active and passive recovery under field conditions is limited. In this study we aimed to research relationship between the aerobic and anaerobic effects of 12 week training of elite middle distance runners and lactate elimination observed after the running test continuing until volitional fatigue with these threshold speeds. At the beginning of the season and after 12 weeks, aerobic and anaerobic speeds were determined in 13 of the 14 athletes who participated in the study and whose age average was 20.8 ± 3,7. Gradual 1200m running was used as a test protocol. Capillary blood lactate have been measured at each stage. At the end of 12 weeks, 14 athletes have practiced recovery exercises. Athletes were separated into active and passive recovery groups equally. In order

to detect lactate elimination, blood samples were taken 2 (LA2) and 10(LA10) minutes after the test is over. The rate of fall in blood lactate concentration (∆mM/min) was accepted as lactate elimination (LE).The fact that active lactate elimination was significantly higher($p<0.05$) in passive recreation indicated that active recovery like jogging and short time stretching exercises is more beneficial to fast recovery.There was no significant relationship between threshold pace and lactate elimination (LE) values ($p>0.05$).

Key Words: elimination, aerobic threshold, anaerobic threshold, blood lactate

SB463

ELİT SPORCULARIN MESAFE ALGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Mustafa KAYA*, [2]Yakup PAKTAŞ**

[1]Sivas Cumhuriyet Üniversitesi
[2]Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

***Email :** mustafakaya58@cumhuriyet.edu.tr, mustafakaya58@cumhuriyet.edu.tr, yakup.paktas@gop.edu.tr*

Amaç: Faklı branşlarda ki elit sporcuların mesafe algı düzeylerinin karşılaştırmasını incelemek. Yöntem: Çalışmaya elit düzeyde spor yapan 32 profesyonel (16 futbolcu, 16 güreşçi) sporcu katıldı. Demografik veriler, yaş, boy, kilo ve sporcu olma süreleri kaydedildi. Sporculara önce Snellen Testi uygulanarak görme bozuklukları tespit edildi. Görme bozukluğu olan sporcular mesafe algılama testine dahil edilmedi. Sporcuları mesafe algısı testini yapmak için tamamen boş bir arazi belirlendi. Arazide sabit bir noktaya 25 m, 50 m, 100 m, 125 m ve 150 metre mesafesi olan 5 tane yer belirlendi. Sporcular bu araziye götürülerek kendilerine gösterilen mesafelerin kaç metre olduğunu tahmin etmeleri istendi. Elde edilen verilerin karşılaştırılmasında iki eş arasındaki farkın önemlilik testi uygulanmış, anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

Bulgular: Sporcuların ortalama yaşı 23.06 ± 3.99 yıl ve ortalama spor yapma süresi 10.11 ± 5.64 yıl, uzunluk 1.70 ± 2.18 cm ve vücut ağırlığı 76.18 ± 1.27 (kg) olarak tespit edildi. Sporcuların mesafe algı düzeyleri arasında futbolcular lehine $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuç: Sabit duran veya hareket eden bir cismin mesafesinin tahmini, sporcular için oldukça önemlidir. Spor branşının yapıldığı alan ve hareket özelliğine göre sporcuların mesafe algılama düzeylerinde olumlu bir gelişim olabilir. Bu bağlamda futbolcuların mesafe algı düzeylerinin gelişmiş olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, Spor, Mesafe algısı, Futbol, Güreş

INVESTIGATION OF ELITE ATHLETES 'PERCEPTION OF DISTANCE LEVEL

Abstract Objective: To examine the comparison of distance perception levels of elite athletes in different branches.

Methods: The study included 32 professionals engaged in sports at elite level (16 players, 16 wrestlers) athletes participated. Demographic data, age, height, weight and duration of being an athlete were recorded. Visual disturbances were detected by applying the Snellen Test to the athletes first. Completely empty land was determined to make the distance perception test of athletes. Five locations were determined, with distances of 25 m, 50 m, 100 m, 125 m and 150 m from a fixed point in the field. The athletes were taken to the test area and asked to estimate how many meters the distances indicated to them.In the comparison of the data obtained, the significance test of the difference between the two partners was applied, and the significance level was accepted as $p < 0.05$.

Results: Mean age of the athletes were 23.06 ± 3.99 years and mean duration of being a sport was 10.11 ± 5.64 years, length 1.70 ± 2.18 cm and bodyweight 76.18 ± 1.27 (kg). A significant difference was found between the

distance perception levels of the athletes in favor of the football players. ($p < 0.05$) Conclusion: Estimating the distance of a stationary or moving object is very important for athletes. There may be a positive improvement in the distance perception levels of the athletes depending on the field of sports and the movement characteristics. In this context, it is thought that the distance perception levels of football players are developed.

Key Words: Physical education, sport, distance perception, football, wrestling

SB465

YÜKSEK SPRİNT PERFORMANSI İÇİN DİNAMİK GERME FAZI ISINMA PROTOKOLÜNÜN HANGİ BÖLÜMÜNDE UYGULANMALI?

***[1]Erkan GÜNAY*, [2]Recep ÖZÇELİK, [2]Cem Şeref BEDİZ**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi Egzersiz Fizyolojisi Bilim Dalı İZMİR

***Email :** erkan.gunay@deu.edu.tr*

Amaç: Literatürde ısınma protokollerinin atletik performans bileşenlerine akut etkisi sıklıkla incelenmektedir. Statik germe çalışmalarındaki kanıt yoksunluğu araştırmacıları temel beceri düzeyini, kinestetik farkındalığı, hareket genişliğini ve iç sıcaklığı eş zamanlı geliştiren dinamik germe protokollerine yönlendirmiştir. Ancak dinamik germe fazının ısınmanın hangi bölümünde yapılması gerektiği konusu aydınlatılamamıştır. Bu çalışmanın amacı klasik ısınma öncesi ve sonrası uygulanan dinamik germe protokollerinin sprint performansa akut etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya amatör futbol kulüplerinde oynayan yaşları 16,59±1,06 yıl olan 44 futbolcu katılmıştır. Katılımcılar rastlantısal olarak iki gruba ayrılmıştır. Önce germe (ÖG) grubu, klasik ısınma fazı öncesi orta tempodan yüksek tempoya doğru gerçekleştirilen 6 farklı dinamik germe egzersizi uygulamış ve 20 m sürat testi yapılmıştır. Sonra germe (SG) grubu ise ısınmadan sonra dinamik germe uygulamaları ve 20 m sürat testi yapmışlardır. Çalışmanın ikinci gününde ÖG grubu ile SG grubunun yerleri değiştirilerek aynı protokol uygulanmıştır.

Bulgular: ÖG grubunun 20 m sürat testi ortalamaları 2,96±0,13 sn., SG grubunun 20 m sürat testi ortalamaları ise 3,01±0,12 sn. olarak belirlenmiştir. ÖG grubu ile SG grubu arasında 20 m sürat testi değerlerinde anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Katılımcı grupta uygulanan deney koşulunda elde edilen bulgular, klasik ısınma öncesi gerçekleştirilen dinamik germe protokolünün sprint performansı arttırdığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler : Sprint Performans, Dinamik Germe zamanı , Akut etki, Kinestetik Algı

IN WHICH PART OF THE WARM-UP PROTOCOL SHOULD THE DYNAMIC STRECHING PHASE BE APPLIED FOR HIGH SPRINT RUNNING PERFORMANCE?

Objective: The acute effect of warm-up protocols on athletic performance components has been frequently examined in the literature. The lack of evidence in static stretching studies led researchers to dynamic stretching protocols that simultaneously enhance basic skill level, kinesthetic awareness, range of motion, and core temperature. However, it was not clarified in which part of the warming up the dynamic stretching phase should be done.The aim of this study was to investigate the acute effect of dynamic stretching exercise phase before and after warm up on the 20m sprint performance.

Materials and Method: A total of 44 football players aged (16.59 ± 1.06 years) playing in amateur football clubs participated in the study. On the first day of the study participants were randomly divided into two groups. In the

first group (OG), dynamic stretching was performed before warm-up and then the players 20m sprint performances were tested. In the second group (SG), dynamic stretching was performed after the warm-up and then the players 20m sprint performances were tested. On the second day of the study, the same protocol was applied on the same players by changing groups of the players. Results: The average speed in the 20 m sprint test of the OG group was found to be 2.96±0,13 sec. In the same test, the average speed of the SG group was found 3.01±0,12 sec. The difference in the 20 m speed test values between groups was found significant ($p<0.05$).

Conclusion: The findings obtained in the experimental condition applied in the participant group show that the dynamic stretching protocol performed before the classic warming up enhancing sprint running performance.

Keywords: Sprint Running Performance, Dynamic Stretching Timing, Acute Effect, Kinesthetic Awareness

SB466

NÖROGERİBİLDİRİM'İN EKLEM POZİSYON HİSSİ VE DENGE ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Sedef KERETLİ, [2]Ahmet SANİOĞLU

[1]Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,Konya
[2]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,Konya

Email : *sedefozer91@hotmail.com, asanioglu@selcuk.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kadınlarda nöro-geribildirim uygulamasının eklem pozisyon hissi ve denge üzerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya üniversite öğrencisi 16 kadın (yaş ortalamaları 22,88±1,52 yıl, boy ortalamaları 165±5,34 cm, vücut ağırlıkları ortalamaları 54,44±7,66 kg) gönüllü olarak katıldı. 8 kişi deney ve 8 kişi kontrol grubu olmak üzere rastgele 2 gruba ayrıldı. Deney grubunun nöro-geribildirim uygulaması, nöro-geribildirim eğitim merkezinde her biri 30-40 dk süren 30 seans olarak tamamlandı. Kontrol grubu herhangi bir eğitim programına dahil edilmedi. Bütün denekler öntest ve sontest olarak, Biodex Denge Sistemi ile denge ölçümleri, bilgisayarlı Humac-Norm izokinetik dinomometre ile eklem pozisyon hissi ölçümleri yapıldı. İstatiksel olarak verilerin analizinde bağımlı grupların karşılaştırılmasında Wilcoxon testi, bağımsız grupların karşılaştırılmasında Mann Whitney U Testi uygulanmıştır.

Bulgular: Deney grubunun öntest-sontest denge skoru değerleri karşılaştırıldığında, Gözler açık koşulda OSI (Overall stability index) ve ML (Medial- Lateral index) skorlarında istatiksel düzeyde azalma olduğu gözlemlenirken ($p<.05$) AP (Anterior- posterior index) skorunda istatiksel düzeyde anlamlı değişim gözlemlenmemiştir ($p>.05$). Gözler kapalı koşulda ise tüm denge skorlarında anlamlı düzeyde azalma olduğu gözlenmiştir ($p<.05$). Deney grubu öntest-sontest değerleri karşılaştırıldığında eklem pozisyon hissi ölçümlerinde 45° ve 65°'lik açılarda istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir ($p<.05$).

Sonuç: 30 seanslık nöro-geribildirim eğitimi ile kadınların denge skorlarının azaltılarak daha az salınım ile postural kontrolün sağlanmasına neden olunabileceği düşünülmektedir. Ayrıca nöro-geribildirim eğitimi ile kadınların eklem pozisyon hissinin artırılabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Nöro-Geribildirim, Eklem Pozisyon Hissi (Propriyosepsiyon), Denge

The Effect Of Neurofeedback On Joint-Position Sense And Balance

Introduction and the aim: The aim of this study is to examine the effect of neuro-feedback application on joint position and balance at women.

Method: Sixteen university students (mean age 22.88 ± 1.52 years, mean height 165 ± 5.34 cm, body weight 54.44 ± 7.66 kg) voluntarily participated in the study. The neuro-feedback application of the experimental group was completed in 30 sessions, each lasting 30-40 minutes in the neuro-feedback training center. The control group was not included in any training program. All subjects were pre-test and post-test, balance measurements with Biodex Balance System and joint position sense measurements with computerized Humac-Norm isokinetic

dynamometer. In the statistical analysis of the data, Wilcoxon test was used to compare the dependent groups and Mann Whitney U Test was used to compare the independent groups.

Findings: When the pretest-posttest balance score values of the experimental group were compared, it was observed that there was a statistical decrease in OSI (Overall stability index) and ML (Medial-Lateral index) scores when the eyes are opened. ($p < .05$) There was no significant change in the level ($p > .05$). when the eyes are closed, a significant decrease was observed in all balance scores ($p < .05$). When the pretest-posttest values of the experimental group were compared, it was observed that there was a statistically significant difference in the joint position sense measurements at 45 ° and 65 ° angles ($p < .05$).

Result: It is thought that with 30 sessions of neurofeedback training, the balance scores of women can be decreased and postural control can be achieved with less oscillation. It also points out that the sense of joint position of women can be increased with neuro-feedback training.

Keywords: Neuro-Feedback, Joint-Position Sensation (Proprioception), Balance

SB470

FUTBOLDA GOL ÖNCESİ ORTALAMA PAS SAYISI VE GOL İLE SONUÇLANAN ATAK SÜRESİNİN LİGİ BİTİRME SIRASINA ETKİSİ

***[1]Barış Gürol*, [2]Halil Orbay Çobanoğlu**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ALANYA

***Email :** bgurol@eskisehir.edu.tr, orbay.cobanoglu@alanya.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı futbolda gol öncesi ortalama pas sayısı ve gol ile sonuçlanan atak süresinin ligi bitirme sırası üzerine farklılığını incelemektir.

Yöntem: Araştırma için kullanılan veriler Türkiye Süper Lig'ine istatistiki bilgiler sağlayan Instat şirketinden izin alınarak elde edilmiştir. Çalışmada 2018-2019 ve 2019-2020 sezonu verileri kullanılmıştır. Araştırmada takımların ligi bitirme sırası ilk altı, ikinci altı ve üçüncü altı olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Bu üç grup için takımların gol öncesi ortalama pas sayıları ve gol ile sonuçlanan atak süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığı non-parametrik testlerden kruskal-wallis testi ile belirlenmiştir. Çoklu karşılaştırma testlerinden bonferroni testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ ile test edilmiştir.

Bulgular: Araştırma sonucunda 2018-2019 sezonu için ligi ilk altı sırada bitiren takımlar ile ligi üçüncü altı sırada bitiren takımların gol öncesi ortalama pas medyanları farklı (p=0,022), 2019-2020 sezonu için ligi ilk altı sırada bitiren takımlar ile ligi üçüncü altı sırada bitiren takımların gol ile sonuçlanan atak süresi medyanları farklı (p=0,036) ve ligi ilk altı sırada bitiren takımlar ile ligi üçüncü altı sırada bitiren takımların gol öncesi ortalama pas meydanları farklıdır (p=0,019).

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre takımların futbolda basit olarak algılanan gol için hazırlık paslarının artırılmasına ilişkin çalışmaları ve topu hücum bölgesine taşırken pas sayısının rakip takımı enlemesine ve boylamasına açarak savunma prensiplerini etkisiz hale getirip boşluk yaratmada kullanılması önem kazanmaktadır.

THE EFFECT ON THE LEAGUE FINISH ORDER OF THE AVERAGE NUMBER OF PASSES BEFORE THE GOAL AND THE TIME OF ATTACK RESULTING WITH GOAL IN FOOTBALL

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the difference between the average number of passes before the goal and the attack time that resulted in a goal on the order of finishing the league.

Methods: The data used for this study was obtained with permission from Instat company. 2018-2019 and 2019-2020 season data were used in the study. In the research, the order of the teams to finish the league was divided into three groups as the first six, the second six and the last six. For these three groups, whether there is a statistically significant difference between the teams' mean number of passes before the goal and the duration of the attack that resulted in a goal was determined by the Kruskal-Wallis test. Bonferroni test was used among the multiple comparison tests. The level of significance was tested with $p <0.05$.

Results: As a result, for the 2018-2019 season, the average passing medians of the teams that finished the league in the first six places and the teams that finished the league in the last six places are different (p = 0.022). The medians of the attacking time that ended with a goal are different (p = 0.036), and the teams that finished the league in the first six places and the teams that finished the league in the last sixth place have different passes before goals (p = 0.019).

Conclusion: In conclusion, the efforts of the teams to increase the preparatory passes for the goal, which are perceived as simple in football, and the use of the number of passes to open the opponent team laterally and longitudinally while carrying the ball to the attack zone, to neutralize the defense principles and create a space, gains importance.

SB473

TABATA ANTRENMANININ GENÇ FUTBOLCULARIN BAZI FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNE ETKİSİ

[2]Yakup Akif Afyon, [2]Olcay Mülazımoğlu, [1]Mehmet Altun

[1]Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İstanbul
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Muğla

Email : *yaafyo@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı 6 haftalık Tabata antrenmanlarının lise öğrencisi futbolcuların kuvvet, güç, çabukluk ve hız becerilerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, okul idaresinden izinleri ve velilerinden kabul onam formu alınan, on dört lise öğrencisi (yaş: 16,07±0,73 yıl, boy uzunluğu: 181,07±4,84 cm., vücut ağırlığı: 72,07±10,01 kg.) gönüllü olarak katıldılar. Araştırmada, ön-test ve son-test uygulamalı deneysel yöntem kullanılmıştır. Tabata Antrenman Programı (TAP) öncesi (ön-test) ve 6 hafta sonrası (son-test) denekler, kuvvet (30 s. şınav testi ve 30 s. mekik testi), güç (dikey sıçrama testi), çabukluk (T çabukluk testi ve 30 m. zikzak koşu) ve hız (30 m. Sprint) testlerini iki kez uyguladılar. Denekler, 6 hafta süreyle TAP'nı haftada 2 gün futbol sahasında günlük antrenman programına ilave olarak birer set (4x2=8 hareket, 20'sn çalışma ve 10"sn dinlenme toplam 4 dakika) uyguladılar. İstatistik paket programında, ön-test ve son-test verileri eşleştirilmiş örneklem t-test istatistiği ile karşılaştırıldı ve sonuçlar 0,05 anlamlılık düzeyinde yorumlandı. 30 s. şınav ve mekik testi, dikey sıçrama testi, T çabukluk testi, zikzak koşu testi ve 30 m. sprint testleri ön-test ve son-test verileri arasında anlamlı fark bulundu ($p<0,05$). Bu fark son-test değerlerinin gelişim gösterdiği yönünde bulundu. Çalışma sonuçları, klasik antrenmanlara ek olarak uygulanan TAP'nın genç futbolcuların kuvvet, güç, çabukluk ve sürat becerilerinin gelişiminde katkı sağladığını göstermektedir. Bu çalışma, Tabata antrenmanlarını klasik antrenmanlara ek olarak futbol antrenörleri tarafından kullanılmasının oyuncu gelişiminde önemli katkı sağlayacağını ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Yüksek Şiddetli Aralıklı Antrenman, Tabata Antrenmanı, Fiziksel ve Motorik Özellikler

EFFECT OF TABATA TRAINING ON SOME PHYSICAL AND MOTORICAL CHARACTERISTICS OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS

The aim of this study is to examine the effect of 6-week Tabata training on strength, power, quickness and speed skills of high school football players. Fourteen high school students (age: 16.07 ± 0.73 years, height: 181.07 ± 4.84 cm., Body weight: 72.07 ± 10. 01 kg.) Participated voluntarily. In the research, pre-test and post-test applied experimental method was used. Tabata Training Program (TAP) before (pre-test) and 6 weeks after (post-test) subjects, strength (30 s push-up test and 30 s shuttle test), strength (vertical jump test), quickness (T quickness test) and 30 m. zigzag running) and speed (30 m. Sprint) tests twice. The subjects applied TAP for 6 weeks, 2 days a week on the football field in addition to the daily training program (4 x 2 = 8 moves, 20 workings and 10 "seconds rest for a total of 4 minutes). In the statistical package program, pre-test and post-test data were compared with the paired sample t-test statistics and the results were interpreted at a significance level of 0.05. 30 s. push-up and shuttle test, vertical jump test, T speed test, zigzag running test and 30 m. A significant difference was found between the pre-test and post-test data of sprint tests ($p <0.05$). This difference was found to indicate that the posttest values improved. The results of the study show that TAP, which is applied in addition to classical training, contributes to the development of strength, power, quickness and speed skills of young footballers. This study reveals that the use of Tabata training by football coaches in addition to classical training will make a significant contribution to player development.

Key Words: Football, High Intensity Interval Training, Tabata Training, Physical and Motoric Properties

SB475

AKUT YORGUNLUĞUN VOLEYBOLCULARIN DİZ KİNEMAİĞİNE ETKİLERİ

***[1]Özkan Güler*, [2]Ali Furkan Yarar**

[1]Ankara Üniversitesi Ankara
[2]Ankara Üniversitesi ANkara

***Email :** oguler@ankara.edu.tr, afealifurkan@gmail.com*

Giriş: Dikey sıçrama voleybolda önemli bir performans parametresidir. Sıçrama hareketi sırasında alt extremite de diz fleksör ve ekstansör kasların etkili olduğu görülmektedir. Voleybolcular müsabaka sırasında yüzlerce kez sıçrama yapmakta ve. yorgunluğa bağlı olarak sıçrama tekniğinin bozulabileceği ileri sürülmektedir.. Önceki çalışmalarda yorgunluk kaynaklı sıçrama tekniğinin bozulmasının bilek ve diz eklem sakatlıları risk faktörü olduğu bildirilmektedir

Yöntem: Çalışmaya son 6 ay içinde diz veya ayak bileği sakatlığı geçirmemiş elit voleybolcular katılmıştır. Katılımcıların yaş 23,2±1,31; Boy 181,1±6,87 cm, vücut ağırlığı (74,5±9,27 kg, vücut yağ oranı 17,46±4,74'dir. Çalışmaya katılan voleybolculara yorgunluk öncesi ve yorgunluktan hemen sonra dikey sıçrama testi uygulanmış ve bu testler görüntülü olarak kayıt edilmiştir. Dikey sıçrama testi Smart Speed cihazı ile ölçülmüş olup video görüntülerin kinematik analizinde Kinovea 0.8.15 program kullanılmıştır. Çalışmada voleybolculardan dinlenik iken beş kez dikey sıçrama yapmaları istenmiş ve daha sonrasında yorgunluk protokolünü gerçekleştirmişlerdir. Yorgunluk protokolü için katılımcılardan 6x10 metre sprint atmaları istenmiştir. Bu protokol dikey sıçrama yüksekliğinin ön testlerin %70 in altına düşene değin devam etmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22. paket programı kullanılmış olup elde edilen verilerin normallik dağılımı shapiro-wilk istatistiksel yöntemi ile değerlendirilmiş, ve Tekrarlı ölçümlerde Anova yöntemi ile analiz gerçekleştirilmiştir.

Sonuç: Bu çalışma sonucunda voleybolcuların dinlenik dikey sıçrama diz kinemtaiği değerleri ile yorgunluk sonrası diz kinematiği değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edildi.

Tartışma: Voleybolda sporcular genellikle alt ekstremite sakatlıklarının diz yaşamaktadırlar. Purevsuren 2017 yorgunluk kaynaklı sıçrama tekniğinin bozulmasının bilek ve diz eklem sakatlıları risk faktörü olduğu bildirilmektedir. Mevcut çalışmada yorgunluk sonrasında diz ekleminde kinematik olarak değişimler tespit edilmiştir. Yorgunluk sonrasındaki diz kinematiğindeki değişimlerin voleybolcularda sakatlık risk faktörü olabilir.

Effecs Of Acute Fatigue On Knee Kinematics Of Volleyball Players

Introduction: Vertical Jumping is an important performance parameter in voleyball. It is seen that knee flexor and extensor muscles are effective in the lower extremity during the jumping movement. Volleyball players jump hundreds of times during the competition and it is claimed that the jump technique may be impaired due to fatigue. In previous studies, it has been reported that the deterioration of the jump technique due to fatigue is a risk factor for ankle and knee joint injuries

Purpose In this study, it was aimed to kinematically examine the changes in the lower extremity joints after a fatigue protocol in volleyball players.

Method : Elite volleyball players who had not suffered knee or ankle injury in the last 6 months participated in the study. Participants age 23.2 ± 1.31; Height 181.1 ± 6.87 cm, body weight (74.5 ± 9.27 kg, body fat ratio was 17.46 ± 4.74. Vertical jump test was applied to volleyball players before and immediately after fatigue. The tests were recorded visually. The vertical jump test was measured with the Smart Speed device and the Kinovea 0.8.15 program was used for the kinematic analysis of the video images. This protocol continued until the vertical jump height fell below 70% of the pre-tests. In the evaluation of the data, the SPSS 22 package program was used, the normality distribution of the obtained data was evaluated with the Shapiro-wilk statistical method, and the analysis was performed with the Anova method in repeated measurements.

Result: As a result of this study, a statistically significant difference was found between the resting vertical jump knee kinemtaic values of volleyball players and knee kinematics after fatigue.

Discussion: Knee injuries are common in volleybal. Purevsuren 2017 reported that disruption of the fatigue-induced jump technique is a risk factor for ankle and knee joint injuries. In the present study, kinematic changes in the knee joint after fatigue were detected. Changes in knee kinematics after fatigue can be an injury risk factor for volleyball players.

SB490

PROFESYONEL YÜZÜCÜLERDE COL1A1 Rs1800012 POLİMORFİZMİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Gökhan TUNA*, [2]Sezgin Kapıcı, [2]Canan Sercan, [3]Başak Funda EKEN, [1]İsa SAĞIROĞLU, [4]Güven ERDİL, [3]Korkut ULUCAN**

[1]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, Hareket Ve Antrenman Anabilim Dalı, Edirne
[2]Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik Ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul
[3]Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Anabilim Dalı, İstanbul
[4]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Hareket Ve Antrenman Anabilim Dalı, İstanbul

***Email :** tunagokhan@yandex.com*

Giriş: Spor genetiği, atletik performansın belirlenmesinin yanı sıra darbeye bağlı olmayan sakatlıklarının belirlenmesinde önemli rol oynar. Darbeye bağlı olmayan sakatlıklarda çevresel faktörlerin yanı sıra bireyin genetik özelliklerinin etkili olduğu günümüze kadar yapılan çalışmalarda ifade edilmiştir. Hücrelerarası matriks proteinlerinden olan kolajen molekülü ve biyosentezindeki birçok genetik faktör bu konuda çalışılan en önemli genlerden biridir. Kollajenler, ektrasellülermatriks ve bağ dokuda yer alan ve üçlü fibriler protein yapısında olan mekanik destek sağlayan yapılardır. Bu proteinleri kodlayan genlerde görülebilen varyasyonlar ve polimorfizmler, tendon yapısı bozuklukları ve sakatlıklara neden olabilmektedirler.Çalışmamızda günümüzde darbeye bağlı olmayan yumuşak doku yaralanmalarıyla ilişkilendirilebilen COL1A1 geni rs1800012 polimorfizminiprofesyonel yüzücülerdeki dağılımlarını belirlemeyi amaçladık.

Materyal-metot: Çalışmamıza 43 profesyonel yüzücü katılmıştır. Çalışmaya gönüllü katılan sporculara, çalışma öncesi yapılan analizler ve çıktıları hakkında detaylı bilgi verilmiş, kendilerinden imzalı bilgilendirme formları alınmıştır. Ağız içi epitelörneklerinden DNA izolasyonu İnvitrogen (Van AllenWayCarlsbad,CA,USA) kiti kullanılarak gerçekleştirilmiştir.Gerçek zamanlı PCR (qPCR) ile COL1a1 (rs1800012) genotipleme çalışmaları tamamlanmıştır.

Sonuçlar: Çalışmamızda COL1A1 rs1800012 polimorfizmi için CC,AC,AAgenotip ve yüzde dağılımları sırasıyla 28(%65), 12(%28), 3(%7) olarak analiz edilmiştir. Alelik dağılımlar incelendiğinde C aleli çalışma grubunda 68 (%79), A aleli18 (%21) olarak bulunmuştur. Çalışma grubumuzda C genotipininin ve C allelinin daha yüksek oranda olduğu belirlenmiştir. Tartışma: Çalışma kohortumuzdakisporcularda C allelinin ve CC genotipinin diğer allel ve genotiplere kıyasla daha yüksek oranda olması, CC genotipinin yüzme sporuna yatkınlık sağlayabileceğini göstermiştir. Çalışmamızda bireye özgü genetik analizlerinin belirlenmesi ile atletik perofrmansın belirlenmesi ile yapılacak çalışmalara öncülük edeceğini düşünmekteyiz.

Determination Of COL1A1 Rs1800012 Polymorphism In Professional Swimmers

Introduction: Sports genetics plays an important role in determining athletic performance as well as non-impact injuries. It has been stated in the studies carried out to date that the genetic characteristics of the individual as well as the environmental factors are effective in non- impact injuries. Collagen molecule, one of the intercellular matrix proteins, and many genetic factors in its biosynthesis are one of the most important genes studied in this subject. Collagen are structures that provide mechanical support, located in the extracellula rmatrix and

connectivetissue and have a triple fibrillar protein structure. Variations and polymorphisms that can be seen in the genes encoding these proteins can cause tendon structure disorders and injuries. In our study, we aimed to determine the distribution of COL1A1 gene rs1800012 polymorphism in Professional swimmers, which can be associated with non-impacts ofttissue injuries today.

Material-method: 43 professional swimmers participated in ourstudy. The volunteer athletes who participated in the study were given detailed information about the pre-study analyzes and their outcomes, and signed informationforms were received from them. DNA isolation from intraoralepithelial samples was performed using Invitrogen (Van AllenWayCarlsbad, CA, USA) kit. Real-time PCR (qPCR) and COL1a1 (rs1800012) geno typing studies have been completed.

Results: In our study, CC, AC, AA genotype and percentage distributions for COL1A1 rs1800012 polymorphism were analyzed as 28 (65%), 12 (28%), 3 (7%), respectively. When the allelic distributions were examined, the C allele was found to be 68 (79%) in the study group, and the A allele was 18 (21%). It was determined that the C genotype and the C allele were higher in our study group.

Discussion: The higher proportion of C allele and CC genotype in our study cohort athletes compared to other alleles and genotypes showed that CC genotype may predispose to swimming. In our study, we think that determination of individual genetic analysis will lead the way in studies to be carried out with athletic performance.

SB494

GENÇ ERKEK SPORCULARDA VÜCUT YAĞ YÜZDESİ VE MAKSİMAL OKSİJEN TÜKETİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Tuğba KOCAHAN, [1]Erkan TORTU, [1]Ender KAYA, [1]Ebru ARSLANOGLU, [1]Aslıhan NEFES, [1]Adnan HASANOGLU

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Sporcu Sağlığı Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı

Email : *ender.kaya@gsb.gov.tr*

Amaç: Bu çalışma erkek sporcularda vücut yağ yüzdesi ile maksimal oksijen tüketimi (maxVO2) arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla planlandı.

Yöntem: Çalışmaya farklı branşlarda 56 erkek sporcu (yaş: 19,45±2,75yıl; vücut ağırlığı: 68,84±11,24kg; boy: 175,06±6,01cm; spor yaşı: 8,18±4,15yıl) (12 tenis, 11 boks, 15 karate, 18 judo) dâhil edildi. Sporcuların yaşı ve spor yılı sözel olarak, boy uzunluğu stadiometre ile, vücut kompozisyon ölçümleri biyoelektrik impedans analiz cihazı (Tanita MC-980) ile, aerobik kapasiteleri (maksimal oksijen kullanım kapasitesi -MaxVO2) Cosmed K5 cihazı ile değerlendirildi. Sporculara vücut kompozisyon ölçümünden 4-6 saat önce yemek yemeleri, en az 4 saat öncesinden sigara, kafein ve alkol vb. uyarıcı madde ve ilaç kullanmamaları ve en az 12 saat dinlenmeleri söylendi. MaxVO2 protokolü; koşu bandında 5 km/s sabit hızda 5 dakikalık ısınmanın ardından her bir saniyede 0,016 km/s artan (dakikada 1 km/s) hız ve her bir dakikada % 0,25 artan bir eğimde koşturuldu. Test sonlandırma kriterleri RQ değerinin 1.10 ve üzerinde olması, kalp atım sayısının maksimal kalp atım sayısının % 85 ve üzerinde olması, artan iş yüküne rağmen kalp atım sayısında artış olmaması olarak belirlendi. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 25.0 istatistik paket programı kullanıldı. Parametreler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için 'Pearson Korelasyon Katsayısı' kullanıldı.

Bulgular: Sporcuların vücut yağ yüzdesi ve maxVO2 değerleri arasında negatif yönde yüksek düzeyde (r;-0,887. p<0,05); vücut yağ kütlesi ve maxVO2 değerleri arasında negatif orta düzeyde ilişkili ve istatiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (r;-0,694. p<0,05).

Sonuç: Çalışmamız sonucunda genç erkek sporcularda vücut yağ yüzdesi ve yağ kütlesi arttıkça maksimal oksijen tüketiminin azalma yönünde olduğu belirlendi. Anahtar Kelimeler: vücut kompozisyonu, aerobik kapasite

Relationship Between Body Fat Percent And Maximal Oxygen Uptake Among Young Male Athletes

The aim of the study is to analyze Relationship Between Body Fat Percent And Maximal Oxygen Uptake Among Young Male Athletes. The research group consists of 56 male (Xyaş=19,45±2,75 yıl; Xva=68,84±11,24 kg; Xboy=175,06±6,01 cm; Xsporyasşı=8,18±4,15yıl) athletes. Body mass index (BMI), body fat mass, body fat percentage and lean (fatless) body mass measures were carried out by using body composition analyzer (Tanita MC-980) to the study group. Before the analyez; study group was told not to smoke, not to take stimulants and medicines such as caffeine and alcohol etc. at least 4 hours prior to measurements and also told to rest at least 12 hours. They asked to eat before 4-6 hours from the measurement. Cosmed K5 device was used to measure aerobic capacity values. MaxvO2 protocol; After warming up for 2 minutes at a speed of 5 km on treadmills.

Athletes ran at increasing speed of 0.016 km/h per second (1 km/h per minute) and a slope increasing 0.25% every minute. The criteria for attaining VO2max included any two of the following: volitional exhaustion; attainment of at least 90% of the age predicted HRmax (220 bpm - age in years); respiratory exchange ratio equal to or greater than 1.10; and VO2 leveled off even with an increase of intensity. Before analysis, normality and equality of variance of the variables were assessed using a Kolmogorov-Smirnov test. Pearson Correlation Coefficient' was used to in SPSS 25.0 program determine the relationship between parameters. Accepted for the significance value (p <0.05). The study group's body fat percentage (Xoil = 13.10± 4.64%), fat mass (Xy=9.16, ±3.97 kg) and MaxVO2 (Xmaxvo2=49.79±8.53 ml/kg/min).A negative high level was found between the percentage of fat and maxVO2 (r; -0,887. p<0,05). A negative moderate relationship was found between fat mass and and maxVO2 (r; -0,694. p<0,05). As a result, the increase in fat and fat mass in young male athletes negatively affects the MaxvO2 values of athletes. It can be said that the percentage of fat and the increase in fat mass leads to a decrease in maximally oxygen consumption.

Keywords: BMİ, Aerobic Capacity

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION

SB23

SPOR BİLİMLERİ ARAŞTIRMALARINDA UYGUN YÖNTEMİN SEÇİLMESİNİN ÖNEMİ

***[1]Hikmet Turkay*, [2]Ali Dursun Aydın**

[1]Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane
[2]Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Burdur

***Email :** hikmet.turkay@gumushane.edu.tr, alidursunaydin@gmail.com*

Spor bilimleri, sporda ortaya çıkan problemleri ve bu problemlerin görünüş biçimleri üzerine bilimsel ilkeler ile donatılmış tüm bilgi, açıklama ve yöntemlerin bir bütünlüğü olarak tanımlanmaktadır. Araştırmalarda yöntem ile ilgili temel dayanak; herhangi bir araştırma yöntemi için durumun soyut bir şekilde düşünülemeyeceği ve bir bütün olarak ele alınması gerektiğidir. Bu kapsam doğrultusunda çalışmada amaç; spor bilimleri araştırmalarında mantıksal, sistematik, objektif ve aynı zamanda olgunun kanıtlanabilir niteliklerinin ortaya çıkarılmasında, uygun yöntemin belirlenmesi için kritik noktalara dikkat çekmektir. Çalışma, doküman incelemesi ve belgesel tarama modeli kapsamında yürütülmüştür. Bu doğrultuda spor bilimleri araştırmalarında uygun yöntemin belirlenmesi ile ilgili yazılmış olan eserler taranıp, incelenerek yorumlanmaya çalışılmıştır. Sonuç olarak, diğer tüm alanlarda olduğu gibi spor bilimleri araştırmalarında da; neden, niçin, nasıl, ne zaman ve nerede sorularına cevap verip, bilime ve topluma yönelik sonuçları ortaya çıkaracak araştırmaların uygun yöntemlerinin seçiminin, bilginin ve olgunun doğası için büyük öneme sahip olduğu görülmektedir.

THE IMPORTANCE OF SELECTING THE APPROPRIATE METHOD IN SPORTS SCIENCE RESEARCH

Sports sciences are defined as the integrity of all information, explanations and methods equipped with scientific principles on the problems that occur in sports and the appearance of these problems. Basic basis about method in research; The point is that for any research method the situation cannot be thought in an abstract way and should be considered as a whole. In line with this scope, the purpose of the study is; To draw attention to the critical points in determining the appropriate method in revealing the logical, systematic, objective and at the same time provable qualities of the phenomenon in sports science research. The study was conducted within the scope of document review and documentary scanning model. In this direction, the works written about determining the appropriate method in sports science researches were scanned, examined and interpreted. As a result, in sports science research as in all other fields; It is seen that the selection of appropriate methods of research that will answer the questions of why, how, when and where and reveal the results for society and science is of great importance for the nature of knowledge and phenomena.

SB36

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE YÖNELİK DEĞERLERİNİN INCELENMESİ

***[1]Tarık BALCI*, [1]Mehmet YANIK**

[1]Balıkesir Üniversitesi, BALIKESİR

Email : *baun.tarikbalci@gmail.com, mehmetyanik@balikesir.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Türkiye'de yeniden yapılandırılan öğretim programlarında, eğitim sisteminin amacının yalnızca akademik açıdan başarılı, belirli bazı bilgi, beceri ve davranışları kazandırmak olmadığı, aynı zamanda temel değerleri benimsemiş bireylerin yetiştirilmesinin de eğitimin asli görevi olduğu ifade edilmiştir. Güncel öğretim programlarının amaçları doğrultusunda, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik değerlerinin ne düzeyde olduğunun saptanmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle araştırmanın amacı; ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik değerlerinin incelenmesidir.

Yöntem: Balıkesir ilinde bulunan 10 farklı ortaokulda öğrenim görmekte olan öğrencilerin (n=1025) katılımıyla gerçekleştirilen bu çalışma, tarama modelinde tasarlanmıştır. Verilerin toplanmasında, araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Yücekaya (2017) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi ve Spor Dersi Değer Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde aritmetik ortama ile standart sapma değerleri belirlenmiş; spora katılım değişkeni açısından farkılık olup olmadığının saptanmasında Bağımsız Örneklemler T Testi; spor deneyimi açısından yapılan karşılaştırmalarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi ile Scheffe testinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin değerlerinin genel olarak yüksek düzeyde ($\bar{X}$= 4,29 ± 0,44) ve saygı, milli kültür ve beraberlik, sağlıklı yaşam ve beslenme, dayanışma ve spor kültürü alt boyutları açısından ise sporcu öğrenciler lehine anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca, iki yıldan daha fazla lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin farkındalık, sağlıklı yaşam ve beslenme ile dayanışma değerlerine ilişkin ortalamalarının, bir yıldan daha az spor yapan öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Sonuç: Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda; ortaokul öğrencilerinin en önemli gördükleri değerlerin sırasıyla farkındalık, saygı, dayanışma, sağlıklı yaşam ve beslenme, milli kültür ve beraberlik ve spor kültürü olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin spor yapmayan öğrencilere kıyasla beden eğitimi ve spor değerlerini daha fazla benimsediği saptanmıştır.

The Investigation Of Secondary School Students' Values Related To Physical Education And Sports Lessons

Introduction and Purpose: In the restructured curriculum in Turkey, it's stated not only that the aim of the education system is to foster academic success or certain knowledge, skills, and behaviors, but also is to raise individuals who adopt basic values. In line with the aims of current curricula, it's considered important to determine the level of secondary school students' values related to physical education and sport (PES) lessons. In this context, the aim of this research was to determine the level of values related to the subject of PES in students studying in secondary school.

Method: This study, which was carried out with the participation of students (n=1025) from 10 different secondary schools in Balıkesir, was designed in the survey model. In collection data, the personal information form prepared by the researchers and the "PES Lesson Value Scale" developed by Yücekaya (2017) were used. In the analysis of the data, mean and standard deviation values were determined; T- Test, One-Way ANOVA and Scheffe test were used for comparisons between groups.

Results: Students' values related to the PES lessons are generally high ($\bar{X}$=4.29±0.44) and significant differences in favor of athlete students in terms of respect (RS), national culture and unity (NCU), healthy life and nutrition (HLN), solidarity (SOL) and sports culture (SC) dimensions was determined to be ($p<0.05$). In addition, it was found that the awareness (AW), HLN, and SOL values of the students who were athletes for more than two years were significantly higher than those who were athletes less than one year ($p<0.05$).

Conclusions: In line with the findings obtained from the research; It has been determined that the most important values seen by students are AW, RS, SOL, HLN, NCU, and SC, respectively. In addition, it was determined that athlete students adopt PES values of more than non-athlete.

SB38

YAZ VE KIŞ SPOR OKULUNA DEVAM EDEN ÇOCUKLARIN FUTBOL VE BASKETBOL BRANŞINI SEÇMELERİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

***[1]Bayram Kaya*, [2]Hakan Sunay, [3]Bayram Kaya, [4]Murat Apaydın, [5]Ziya Bahadır**

[1]Kırşehir,meb
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Ankara
[3]Kırşehir Meb
[4]Kayseri Büyükşehir Belediyesi
[5]Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Kayseri

***Email :** bayramkaya400@gmail.com, hsunay@ankara.edu.tr, bayramkaya400@gmail.com, murat_apaydin_1905@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor, evrensel kültürün parçası olarak farklı dindeki, dildeki ve ırktaki insanları bir araya getiren önemli bir araçtır. Spor, insanların doğayla savaşırken kazandıkları beceriler, boş zamanın artışıyla beraber tek ya da grup halinde barışçıl bir biçimde estetik, teknik, fiziksel olarak oynadıkları oyunlardır. Çocukların spora katılımı, çocuğun yaşadığı çevre, aile, okul gibi sosyo-kültürel faktörler ile ekonomik faktörlerin etkilediğine ilişkin çalışmalar yer almaktadır. Yaz ve kış spor okuluna devam eden çocukların futbol ve basketbol branşını seçmelerini etkileyen faktörlerin incelenmesi bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem: Kayseri Büyükşehir Belediyesinde futbol ve basketbol branşında yaz ve kış spor okuluna devam eden 7-12 yaş grubu çocuklarıdır. Araştırmanın çalışma grubunu ise bu okullara devam eden 287 gönüllü, futbol ve basketbol branşındaki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Sunay ve arkadaşları (1996) tarafından geliştirilen Branş Katılım Ölçeği 27 maddeden oluşmaktadır.

Bulgular: 7-12 yaş grubu çocukların branş seçiminde yaş ve cinsiyet değişkenine göre ''Branş Seçimi, Spor Beklenti Tutumu ve Spor Yapma Amacı'' alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çocukların branş seçiminde spor branşı değişkenine göre ''Branş Seçimi'' alt boyutunda futbol branşı lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur.

Sonuç: 7-12 yaş grubu çocuklarının yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre ''Branş Seçimi, Spor Beklenti Tutumu ve Spor Yapma Amacı'' boyutlarında anlamlı bir fark yoktur. ''Branş Seçimi'' alt boyutunda futbol branşı lehine istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaz ve Kış Spor Okulu, Spor Branş Seçimi, Basketbol, Futbol

Factors Affecting The Choice Of Football And Basketball Branch Of Children Attending Summer And Winter Sports School

Background and Aim: Sports is an important tool that brings people of different religions, languages and races together as part of universal culture. Sports are the skills that people acquire while fighting nature, the games they play peacefully aesthetically, technically and physically, either alone or as a group, with the increase of leisure time. There are studies showing that the participation of children in sports, the environment in which the

child lives, socio-cultural factors such as family, school and economic factors are affected. The aim of this study is to examine the factors that affect the children attending summer and winter sports schools to choose football and basketball branches.

Method: Children of 7-12 age group attending summer and winter sports school in the branch of football and basketball in Kayseri Metropolitan Municipality. The study group of the research consists of 287 volunteers attending these schools, and students in football and basketball branches. Descriptive survey model was used in the research. The Branch Participation Scale, developed by Sunay et al. (1996), consists of 27 items.

Results: No statistically significant difference was found in the sub-dimensions of "Branch Choice, Sports Expectation Attitude and Purpose of Exercising" according to age and gender variable in the choice of branch of 7-12 age group children. A statistically significant difference in favor of the football branch has been found in the "Branch Selection" sub-dimension in terms of the sports branch variable in the children's branch selection.

Conclusion: There is no significant difference in "Choosing the Branch, Sports Expectation Attitude and Purpose of Exercising" according to age and gender variables of 7-12 age group children. It was concluded that there is a statistically significant difference in favor of the football branch in the "Branch Selection" sub-dimension.

Keywords: Summer and Winter Sports School, Sports Branch Selection, Basketball, Football

SB39

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA KULLANIMI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIKLARI VE AKADEMİK ERTELEME DAVRANIŞLARININ INCELENMESİ

***[1]Hakan Sunay*, [2]Bayram Kaya, [3]Recep Cengiz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Ankara
[2]Kırşehir Meb
[3]Manisa Celal Bayer Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

***Email :** hsunay@ankara.edu.tr, bayramkaya400@gmail.com, rcengiz1965@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Günümüze kadar iletişim ve medyanın büyük gelişme gösterdiğini söyleyebiliriz. İnternetin de kullanılmaya başlaması ile iletişim ve medya alanında büyük ilerlemeler olmuştur. Sosyal Medya denilen bu kavramın yaygınlaşmasıyla beraber insan yaşamında önemli bir konu haline gelmiştir. İnsanların sosyal medyayı ve interneti bilinçsiz ve uzun süre kullanabilmekteler. Öte yandan kontrollü ve bilinçli internet ve buna bağlı sosyal medya kullanımı sosyal ve akademik anlamda yarar sağlayabilir. Akademik erteleme, erteleme davranışlarının bir türüdür.Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanımları, sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları ve bunlar arasındaki ilişkileri incelemektir.

Yöntem: Bu araştırma için kullanılan yöntem betimsel tarama (survey) yöntemidir. Araştırmanın evrenini Manisa Celal Bayer Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi, Antrenörlük, Rekreasyon ve Spor Yöneticiliği bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemini ise gönüllülük esasına göre seçilen 441 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri Karal ve Kokoç (2010) 'un Üniversite öğrencilerine uygulanan ''Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Amaçları Ölçeği'', Şahin ve Yağcı (2017) tarafından geliştirilen Sosyal medya bağımlılık ölçeği ve Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen akademik erteleme ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Kişisel bilgi formu, ölçek ve ölçek alt boyutlarında alınan puanlar frekans, yüzde, aritmetik ortalamalar, ikili değişkenlerde bağımsız örneklem t testi, çoklu değişkenlerde One Way ANOVA testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Sosyal medya kullanımı ile sosyal bağımlılık arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılığı ile akademik erteleme arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Sonuç: Üniversite öğrencileri sosyal medyayı kullanırken bağımlı olmadan kullandıklarını söyleyebiliriz. Bilinçli olan gruplarda sosyal medya kullanımı bağımlılık yapmamakta ve akademik yönden de olumsuz etkilememektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Sosyal Medya Bağımlılığı, Akademik Erteleme

Examining Social Media Usage, Social Media Addiction And Academic Procrastination Behaviors Of Physical Education And Sports Department Students

Introduction and Aim: We can say that communication and media have shown great improvement until today. With the use of the Internet, there have been great advances in the field of communication and media. With the spread of this concept called Social Media, it has become an important issue in human life. People can use social media and internet unconsciously and for a long time. On the other hand, controlled and conscious internet and

related social media use can provide social and academic benefits. Academic procrastination is a type of procrastination behavior. It is to examine the social media usage, social media addiction and academic procrastination behaviors of the students of the Faculty of Sport Sciences of Manisa Celal Bayar University and the relationships between them.

Method: The method used for this research is the descriptive survey method. The universe of the study consists of Manisa Celal Bayer University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education, Coaching, Recreation and Sports Management. The sample consists of 441 students selected on a voluntary basis. The research data were obtained using the " Social Media Usage Purposes Scale of University Students " applied to university students by Karal and Kokoç (2010), the Social media addiction scale developed by Şahin and Yağcı (2017) and the academic procrastination scale developed by Çakıcı (2003). . The scores obtained in the personal information form, scale and scale sub-dimensions were frequency, percentage, arithmetic averages, independent sample t test for binary variables, and One Way ANOVA tests for multiple variables.

Results: A negative relationship was found between social media use and social addiction. No relationship was found between social media use and social media addiction and academic procrastination. Conclusion: We can say that university students use social media without being dependent. The use of social media in conscious groups does not cause addiction and does not affect academically.

Keywords: Social Media, Social Media Addiction, Academic Procrastination

SB40

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDENSEL/KİNESTETİK ZEKÂ İLE BİLİŞSEL ESNEKLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]GÖKHAN ARIKAN

[1]Harran Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ŞANLIURFA

Email : *arikangokhan@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, 11 ve 14 yaş arası ortaokul öğrencilerinin bedensel/ kinestetik zekâ alanları ile bilişsel esneklik algılarının farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışmaya Şanlıurfa ilinde Vatan Ortaokulu ve Ziyaeddin Akbulut ortaokulunda 135 erkek, 120 kız ve olmak üzere toplam 255 katılımcıdan oluşmuştur. Katılımcıların spor lisanları açısından incelendiğinde Yüzme 9, Basketbol 15, Futbol 27, Hentbol 26 branşından katılımcı olduğu, 168 katılımcının ise herhangi bir spor branşında lisansa sahip olmadığı saptamıştır. Çalışmanın amaçları doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Gardner (1983) tarafından geliştirilen ve Seber (2001) tarafından tekrar revize edilen Çoklu Zekâ Alanlarında Kendini Değerlendirme Ölçeği'nin Bedensel/Kinestetik Zekâ Alanı kullanılmıştır. Bedensel kinestetik zeka düzeyleri aldıkları puana göre 4 guruba ayrılmıştır. Bunlar biraz gelişmiş 22, orta düzeyde 88, gelişmiş 98, çok gelişmiş 47 kişi olarak tespit edilmiştir. Araştırmada kullanılan diğer ölçek ise Bilişsel Esneklik Ölçeği Martin ve Rubin (1995) tarafından geliştirilen, Çelikkaleli (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Ölçeği 12 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. Elde edilen verilere betimsel istatistiksel işlemler uygulandıktan sonra bedensel/ kinestetik zeka ile bilişsel esneklik açısından diğer değişkenler arasındaki farklılıkları tespit etmek amacıyla da Mann Whıtney U, ve Kruskal Vallis testleri, yapılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kullanılmıştır. Yapılan analizleri incelendiğinde bedensel/kinestetik zeka spor türü değişkenine göre basketbol, futbol, hentbol sporcuları ile branşı olmayan katılımcılar açısından anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Katılımcıların okul, yaş, cinsiyet, aile meslek gurubu ile bedensel/kinestetik zekâ ve bilişsel esneklik açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Anahtar Kelimeler: Zeka, Bilişsel Esneklik, Öğrenci, Spor, Ortaokul

EXAMINATION OF PHYSICAL/KINESTHETIC INTELLIGENCE AND COGNITIVE FLEXIBILITY LEVELS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

This study aimed to analyze physical/kinesthetic intelligence and cognitive flexibility perceptions of secondary school students between the ages of 11-14 in terms of different variables. A total of 255 participants (135 male, 120 female) from Vatan Secondary School and Ziyaeddin Akbulut Secondary School in Şanlıurfa were included in the study. In terms of sports licenses, nine had swimming, 15 had basketball, 27 had football, and 26 had handball licenses, whereas 168 participants did not have any license in any branch. The personal information form developed by the researcher in line with the purposes of the research, and the Physical/Kinesthetic Intelligence Dimension of the Multiple Intelligence Self Evaluation Scale, which was developed by Gardner (1983) and later revised by Seber (2001), were used. Physical kinesthetic intelligence levels were divided into four groups according to the score they receive. 22 were identified as a slightly developed, 88 as moderate, 98 as developed, and 47 as highly developed. Another scale used in the study was the Cognitive Flexibility Scale, which was developed by Martin and Rubin (1995) and adapted to Turkish by Çelikkaleli (2014) and consists of 12 items and one dimension. Mann-Whitney U and Kruskal Wallis tests were conducted after applying descriptive

statistical processes to the obtained data to identify differences between other variables in terms of physical/kinesthetic intelligence and cognitive flexibility. The significance level was taken as 0.05 in all analyses. According to the analyses, a significant relationship in terms of physical/kinesthetic intelligence sports-type variable was found with regards to students engaged in basketball, football, and handball and students without a branch ($p<0.05$). No statistically significant difference was found in terms of the participants' school, age, gender, family profession group, physical/kinesthetic intelligence, and cognitive flexibility ($p>0.05$).

Keywords: Intelligence, Cognitive Flexibility, Student, Sports, Secondary School

SB56

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN PROGRAM OKURYAZARLIK DÜZEYLERİNE YÖNELİK ALGILARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Kadir ATLI*, [2]Öznur KARA, [3]A. Dilşad MİRZEOĞLU**

[1]Meb, İSTANBUL
[2]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE
[3]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Üniversitesi,SAKARYA

***Email :** kadiratl90@gmail.com, kara.oznur92@gmail.com, belcesu@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Geleceğin nesillerine yön verecek önemli aktörlerden biri olan öğretmenlerin, öğrencilerde istenilen nitelikleri geliştirmelerinde kendilerine en fazla destek olacak unsur öğretim programlarıdır. Bu nedenle branşı ne olursa olsun tüm öğretmenlerin, kendi branşının öğretim programını tanıması ve hayata geçirebilme becerisi, eğitimde başarının temellerinden birisidir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin program okuryazarlık düzeylerine yönelik algı seviyelerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Tarama modelinin kullanıldığı çalışma, 2019-2020 yılı yaz döneminde google form portalı üzerinden gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya gönüllü 351 beden eğitimi ve spor öğretmeni katılmıştır. Çalışmada veri elde etme için Keskin (2020) tarafından geliştirilen Öğretim Programı Okuryazarlık Algı Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler normal dağılım göstermediği için verilerin analizinde non-parametrik istatistiksel teknikleri kullanılış ve ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U testinden, ikiden fazla karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testinden yararlanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Çalışmada elde edilen bulgulara göre, beden eğitimi ve spor öğretmenlerin program okuryazarlığı algı düzeylerinin hem alt boyut puanlarında hem de toplam puanda yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya katılan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin cinsiyetlerine, eğitim düzeylerine, mesleki kıdemlerine ve çalıştıkları okul türüne göre program okuryazarlık düzeylerine yönelik algı seviyelerinde anlamlı farklılık bulunamazken; yaş, mezun oldukları bölüm, çalıştıkları kurum türü, lisans döneminde öğretim programları ile ilgili ders alma durumları, öğretim programları ile ilgili hizmet içi eğitim alma durumları, öğretim programlarına verdikleri önem düzeyi ve öğretim programlarından yararlanma sıklıklarına göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

INVESTIGATING PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS' PERCEPTIONS ABOUT THEIR CURRICULUM LITERACY LEVELS ACCORDING TO SOME VARIABLES

Introduction and Aim: Teachers are one of the important actors shaping and guiding the life of future generations, and curriculum is the component that supports teachers the most while developing necessary skills in their students to achieve that purpose. Therefore, the key to success in education largely depends on the fact that all teachers, regardless of the subjects they teach, should have detailed information about the curriculum of the subject they teach and be able to put them into practice in various learning environments. The aim of this study

was to examine physical education and sports teachers' perception about their curriculum literacy levels according to some variables.

Method: The data of the study, which used survey model, were collected via Google Form Portal during 2019-2020 summer semester. 351 volunteer physical education and sports teachers participated in the study. The data was collected by Curriculum Literacy Perception Scale, which was developed by Keskin (2020). Since the data collected did not display a normal distribution, non-parametric statistical techniques were used for analysis purposes. Mann-Whitney U test was used for paired comparisons and Kruskal Wallis H Test was used for more than two comparisons.

Findings and Conclusion: The findings of the study revealed that physical education and sports teachers' curriculum perception level was quite high in sub-dimensions as well as in the overall score. The study found no significant differences in physical education and sports teachers' perception level about their curriculum literacy levels according to the following variables: gender, educational background, working year, and type of school they worked in. However, there were significant differences for the following variables: age, type of institution they work in, the curriculum-related courses they took during their undergraduate education, curriculum-related in-service training programs they attended, the importance they give to curriculum and making use of the curriculum their teaching experiences.

SB75

TÜRKİYE'DE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİNİN ROL ÇATIŞMASI: ANTRENÖRLÜK MÜ? ÖĞRETMENLİK Mİ?

***[1]Ahmet Emre FAKAZLI*, [2]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Şehit Bülent Gider Ortaokulu, KASTAMONU
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA

***Email :** ahmetemrefakazli@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş Öğretmenlerin eğitim çatısı altında öğretim statüsünün gerektirdiği görev ve sorumlulukları yerine getirerek rollerini gerçekleştirmeleri beklenir. Bu statünün görev ve sorumlulukları öğretmenlik alanlarına, müfredatlara hatta ülkelere göre farklılıklar gösterebilir. Türkiye'de beden eğitimi (BE) öğretmenleri öğretmenlik rollerinin yanında okul sporları faaliyetleri kapsamında antrenörlük rolünü de yerine getirmektedirler. Ancak antrenörlük ve öğretmenlik birbirinden farklı iki mesleki alandır ve birbirinden ayrılması gerekmektedir. Bu süreçte BE öğretmenlerinden beklenen antrenörlük rolünün rol çatışmasına yol açtığı düşünülmektedir. Bu durumun hem BE öğretmenini hem de eğitimin kalitesini önemli ölçüde etkileyebileceği düşünüldüğünde, rol çatışması durumunun derinlemesine incelenmesinin oldukça önemli olduğu söylenebilir.

Amaç Bu araştırmada, rol çatışması durumunun Türkiye'deki BE öğretmenlerinin görüşleri doğrultusunda farklı açılardan değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Bu genel amaç doğrultusunda, beş farklı araştırma sorusuna cevap aranmaktadır.

Yöntem Araştırma, rol çatışması durumunu derinlemesine incelemek ve daha iyi açıklamak amacıyla nitel araştırma yönteminde fenomenoloji deseninde tasarlanmıştır. Araştırma grubunun oluşturulmasında amaçlı örnekleme yöntemi türlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde, objektif ve sistematik çıkarımlar yapmak amacıyla içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya toplamda altı BE öğretmeni katılmıştır. Bulgular Verilerin analizi sonucunda tema, alt tema ve kodlar oluşturulmuştur. Her kod için görüşmelerden alıntılar bulgular bölümünde sunulmuştur.

Sonuç Araştırma sonucunda, özellikle genç BE öğretmenlerinin bu durumdan olumsuz etkilendikleri ve rol çatışması yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Üst düzey sportif geçmişe sahip BE öğretmenleri öğretmenlik rolüne kıyasla antrenörlük rolüne kendilerini daha yakın hissettiklerini belirtmişlerdir. BE öğretmenleri okul sporları faaliyetleriyle birlikte tanınırlık ve itibar kazandıklarını, okul yönetimlerinin ise farklılık gösterse de genel anlamda başarı beklentisi içerisinde olduklarını belirtmişlerdir. Son olarak, araştırmaya katılan tüm BE öğretmenleri yüksek antrenman saatleri sebebiyle aile ve yakınlarına vakit ayıramadıkları, fiziksel ve zihinsel anlamda yorgunluk yaşadıklarını ifade ederek, antrenör desteğinin bu süreçte oldukça önemli olduğunu vurgulamışlardır.

The Role Conflict Of Physical Education And Sport Teachers In Turkey: Coaching Or Teaching?

Teachers are expected to fulfill their roles by fulfilling the duties and responsibilities required by the educational status under the umbrella of education. The duties and responsibilities of this status may differ according to teaching fields, curricula or even countries. Physical education (PE) teachers in Turkey fulfill the coaching role

within school sports activities in addition to teaching roles. However, coaching and teaching are different professional fields and they should be distinguished from one another. In this regard, it is estimated that PE teachers experience role conflicts in the current system. Considering that this situation can significantly affect both the PE teacher and the quality of education, it can be said that it is very important to examine the role conflict situation in depth. Aim In this study, it is aimed to evaluate the role conflict from different perspectives in accordance with the opinions of physical education teachers in Turkey. With this purpose in mind, the study seeks answers to five different research questions.

Methodology The research was designed as phenomenology, one of the qualitative research designs, in order to examine the role conflict situation in depth and explain it better. Criterion sampling method, one of the types of purposeful sampling, was used in the formation of the research group. A semi-structured interview form prepared by the researchers was used as the data collection tool. In the analysis of the data obtained, content analysis method was implemented to make objective and systematic inferences. A total of six PE teachers participated in the study.

Findings Themes, sub-themes and codes were created as a result of the analysis of the data. Quotations from the interviews for each code are presented in this section.

Conclusion The study yielded the outcome that especially young PE teachers had a role conflict and that they were negatively affected by this situation. PE teachers with a high level of sportive background stated that they felt closer to the coaching role than the teaching role. PE teachers also stated that they gained recognition and reputation with school sports activities and that school administrators were generally expected success in sportive activities even though they also differed. Finally, all PE teachers who participated in the study emphasized that coach support was very important in this process. They also reported that they could not spare time for their families and relatives due to high training hours and that they experienced physical and mental fatigue.

SB78

YARATICI DRAMA YÖNTEMİNİN BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ SINIF YÖNETİMİ ÖZ YETERLİK İNANÇLARI VE İLETİŞİM BECERİLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Damla GÜLER*, [2]Fehmi TUNCEL**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ,ANKARA
[2]Lokman Hekim Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** gulerd@ankara.edu.tr, fehmi.tuncel@lokmanhekim.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Öğretim süreçlerinde istenen çıktılara ulaşabilmenin en önemli unsurlarından biri etkili sınıf yönetimidir. Öğretmen adaylarının sınıflarını iyi yönetebilmeleri için üniversite eğitimleri boyunca kuramsal ve pratik dersler ile kendilerini donatmaları gerekmektedir. Bu derslerden biri olan sınıf yönetimi dersinde öğretmen adaylarına uygulama yoluyla sürece dahil olduğu, deneyim yoluyla öğrendiği, kalıcı bilgi ve beceriler edindikleri süreçler kurulmalıdır. Bunun sağlanabilmesi içinde öğrenciyi merkeze alan öğretim yöntemlerinden faydalanılması gerekmektedir. Bu araştırmanın amacı yaratıcı drama yönteminin beden eğitimi öğretmen adaylarının iletişim becerileri ve sınıf yönetimi öz yeterlik inançları üzerindeki etkisini ortaya koymaktır.

Yöntem: Araştırma grubunu 2018-2019 eğitim öğretim yılı güz döneminde Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programında öğrenim gören, sınıf yönetimi dersini alan 47 aday beden eğitimi öğretmeni (23 deney, 24 kontrol grubunda) oluşturmaktadır. Araştırmada ön test – son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Veriler iletişim becerileri ölçeği ve sınıf yönetimi öz yeterlik inançları ölçeği ile toplanmıştır. Deney grubu on hafta boyunca, haftada ikişer saatlik oturumlardan oluşan 20 saatlik sınıf yönetimi dersini yaratıcı drama yöntemi ile alırken kontrol grubu geleneksel yöntem ile sınıf yönetimi dersini almıştır. Verilerin analizinde öğrencilerin ön test puanları kontrol altına alındığında son test puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü Kovaryans Analizi (ANCOVA) kullanılmıştır. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön test puanlarıyla son test puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Bağımlı Örneklemler t-testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuçlar: Araştırma sonuçlarına göre sınıf yönetimi öz yeterlik inançları ve iletişim becerileri puanlarında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı bir artış olduğu görülürken, geleneksel yöntemin uygulandığı kontrol grubunun puanlarında ise anlamlı bir değişim olmadığı tespit edilmiştir. Bu bilgiler ışığında, sınıf yönetimi dersinde yaratıcı dramanın yöntem olarak uygulanması, beden eğitimi öğretmen adaylarının sınıf yönetimi öz yeterlik inançlarını ve iletişim becerilerini olumlu yönde geliştirdiği söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Sınıf Yönetimi, İletişim Becerileri

Effect Of Creative Drama Method On Physıcal Educatıon Teacher Candidates ' Communication Skills And Self-Efficacy Beliefs In Classroom Management

Purpose: The goal of this study was to reveal the effect of the creative drama method on physical education teacher candidates ' communication skills and self-efficacy beliefs in the classroom management.

Method: The research group of this study comprised of 47 physical education teachers candidate (23 students in the experimental group & 24 students in control group) who took the classroom management course in the

Physical Education and Sports Teaching Program of Ankara University, Faculty of Sports Sciences in the fall semester of 2018-2019 academic year. Pre-test and post-test used in this experimental study. The experimental group participants took a 20-hour classroom management course consisting of two-hour sessions per week for a period of ten weeks by using creative drama method, while the control group took the same coursee by using the traditional method scales. Data were collected by communication skills and classroom management self-efficacy beliefs scales. One-way covariance analysis (ANCOVA) was used to determine whether there was a significant difference between the post-test scores in favor of the experimental group while the pre-test scores of the students were taken under control.Dependent Samples t-test was used to determine whether there was a significant difference between pretest and posttest scores of experimental and control group.

Finding and Results: According to the results of this study there is a statistically significant increase in the classroom management self-efficacy beliefs and communication skills scores of the experimental group. Moreover, there was no significant difference in the scores of the control group . In this vein, it can be mentioned that using creative drama method in classroom management course has a positive effect on classroom management self-efficacy beliefs and communication skills of physical education teacher candidates.

Keywords: Classroom Management, Communication Skills

SB82

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE SOSYAL MEDYA TUTUMLARI

[1]Selmani ABIŞ, [2]Coşkun YILMAZ, [3]Osman İMAMOĞLU

[1]Gümüşhane Üniversitesi, BESYO, Gümüşhane.
[2]Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Aydın Doğan MYO, Gümüşhane.
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu SBF, Samsun.

Email : *selmani.abis@gumushane.edu.tr, csknylmaz@windowslive.com, osmani55@gmail.com*

Amaç: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya tutumlarının çeşitli parametrelere göre karşılaştırılmasıdır. Materyal ve Metot: Araştırmamıza Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 18-30 yaş arası 285 gönüllü öğrenci olarak katılmıştır. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 6 sorudan oluşan demografik bilgi, Sosyal medya tutum Ölçeği uygulanmıştır.

Bulgular: Bölüm, branş, cinsiyet ve sigara kullanımı ile sosyal medya tutum alt boyutlarının karşılaştırılmasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p<0,05$). Alkol kullanımı, spor yapma durumu ile sosyal medya tutum alt boyutlarının karşılaştırılmasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık hesaplanmamıştır. Uyku düzen durumu ile sosyal medya tutum alt boyutlarının karşılaştırılmasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık hesaplanmamıştır.

Sonuç: Sosyal medya tutumuna uyku düzeni, spor yapma, alkol ve sigara kullanımı, okunan bölüm, branş ve cinsiyetin etkisi bulunmamıştır. Anahtar Kelimeler: Spor; spor bilimleri öğrencileri, sosyal medya tutumu

SOCIAL MEDIA ATTITUDES OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

Purpose: To compare the social media attitudes of sports science students according to various parameters. Materials and Methods: 285 volunteer students between the ages of 18-30, studying at Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, participated in our research. Demographic information consisting of 6 questions and Social media attitude scale developed by the researcher was applied to the participants.

Results: In the comparison of department, branch, gender, smoking, and social media attitude sub-dimensions, no significant difference was calculated in all sub-dimensions ($p <0.05$). In the comparison of the sub-dimensions of alcohol use, sports activity, and social media attitude, no significant difference was calculated in all sub-dimensions. When comparing sleep patterns and social media attitude sub- dimensions, no significant difference was calculated in all sub-dimensions. Conclusion: Sleep patterns, sports, alcohol, and smoking, reading section, branch, and gender were not found to have an effect on social media attitude.

Keywords: Sport; sports science students, social media attitude

SB83

TAKIM SPORU İLE BİREYSEL SPOR YAPAN SPORCULARDA PSİKOLOJİK KIRILGANLIK

[1]Selmani ABIŞ, [2]Coşkun YILMAZ, [3]Osman İMAMOĞLU

[1]Gümüşhane Üniversitesi, BESYO, Gümüşhane.
[2]Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Aydın Doğan MYO, Gümüşhane.
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu SBF, Samsun.

Email : *selmani.abis@gumushane.edu.tr, csknylmaz@windowslive.com, osmani55@gmail.com*

Amaç: Takım sporu ile bireysel spor yapan sporcularda psikolojik kırılganlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılması Materyal ve Metot: Araştırmamıza 2019-2020 yılında aktif spor hayatına devam eden 18-30 yaş arası 219 gönüllü sporcu katılmıştır. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 6 sorudan oluşan demografik bilgi, psikolojik kırılganlık ölçeği uygulanmıştır.

Bulgular: Cinsiyet ile psikolojik kırılganlık karşılaştırılmasına baktığımızda anlamlı farklılık hesaplanmamıştır (p>0,05). Spor türü ile psikolojik kırılganlığın karşılaştırılmasına baktığımızda anlamlı farklılık görülmemiştir Boy uzunluğu ile psikolojik kırılganlık düzeylerinin karşılaştırılmasına baktığımızda psikolojik kırılganlık ile boy arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Vücut ağırlığının psikolojik kırılganlığa etkisi hesaplanmamıştır. Yaş ile psikolojik kırılganlık düzeylerinin karşılaştırılmasında psikolojik kırılganlık ile yaş arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır.

Sonuç: Cinsiyet, spor türü, vücut ağırlığı, yaşın psikolojik kırılganlığa etkisi hesaplanmazken, boy uzunluğunun etkisi görülmüştür. Anahtar Kelimeler: Bireysel sporlar; Takım sporları, psikolojik kırılganlık

PSYCHOLOGICAL VULNERABILITY IN INDIVIDUAL SPORTS WITH TEAM SPORTS

Objective: Comparison of the psychological vulnerability levels of athletes who do team sports and individual sports according to various variables.

Materials and Methods: 219 volunteer athletes between the ages of 18-30 who continue their active sports life in 2019-2020 have participated in our research. The demographic information consisting of 6 questions and the Psychological Vulnerability Scale developed by the researcher was applied to the participants.

Results: When we look at the comparison of gender and psychological fragility, no significant difference was calculated (p> 0.05). When we look at the comparison of sports type with psychological fragility and speech anxiety, no significant difference was found. When we look at the comparison of height and psychological fragility levels, a significant difference was found between psychological fragility and height. The effect of body weight on psychological fragility has not been calculated. When comparing age and psychological vulnerability levels, no significant difference was calculated between psychological fragility and age. Conclusion: While the effect of gender, sport type, body weight, age on psychological vulnerability was not calculated, the effect of height was observed.

Keywords: Individual sports; Team sports, psychological fragility

SB87

ALTYAPI SPORCULARININ AHLAKİ KARAR ALMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[2]Murat Kangalgil, [1]Ahmet Temel, [3]Tevfik Emre, [2]Tuğbay İnan

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, NİĞDE
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[3]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, NİĞDE

Email : *murat.kangalgil@deu.edu.tr, ahmet.temel@mail.ohu.edu.tr, temre42@hotmail.com, tugbay.inan@deu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Eğitim sistemimizin temel amacı değerlerimiz ve yetkinliklerle bütünleşmiş bilgi, beceri ve davranışlara sahip bireyler yetiştirmektir. Dürüstlük, hoşgörü, işbirliği ve saygı gibi temel ahlaki değerlerin gelişmesinde beden eğitimi ve sporun önemli rolü olduğu bilinmektedir. Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de spor sahalarında etik dışı davranışlar her geçen gün arttığından tüm toplum olumsuz yönde etkilenmektedir. Buradan hareketle araştırma; Türkiye genelinde farklı branşların altyapı takımlarında yer alan öğrenci-sporcuların spora ilişkin ahlaki karar alma tutumlarının ortaya çıkarılması ve farklı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Basit tesadüfi yöntem kullanılarak 51 İl'de 13 branştan 498 erkek, 334 kadın olmak üzere toplam 832 altyapı sporcusu araştırmaya dâhil edilmiştir. Katılımcıların 146'sı ortaokul, 382'si lise ve 304'ü üniversite öğrencisi aynı zamanda 543'ü bireysel sporlar, 289'u takım sporuyla uğraşmaktadır. Araştırmada Lee vd. (2007) tarafından geliştirilen, Gürpınar (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan 3 alt boyutlu "Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçeğin orijinalinde ve bu araştırmada Cronbach Alpha katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde parametrik testlerden t testi ile ANOVA kullanılarak yanılma düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Bulgular: Cinsiyete göre ölçek alt boyutlarından hileyi benimsemek, yarışma severliği benimsemek ve ölçeğin genelinde kadın sporcular lehine anlamlı fark ortaya çıkarken adilce kazanmayı korumak alt boyutunda ise anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Sporcuların öğrenim gördüğü sınıf düzeyine göre yarışma severliği benimsemek ile ölçeğin toplamında anlamlı farklılığa rastlanırken hileyi benimsemek ile adilce kazanmayı korumak alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Spor branşlarına göre tutumlar kıyaslandığında yarışma severlik ile ölçeğin genelinde bireysel sporlarla uğraşanlar lehine anlamlı sonuç elde edilirken diğer boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Sonuç: Kadın sporcuların ahlaki karar verme de erkek sporculardan daha iyi olduğu, sınıf düzeyi arttıkça ahlaki karar alma tutumlarının olumsuz etkilendiği ve bireysel spor ile uğraşanların ahlaki karar alma tutumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Examining The Moral Decision-Making Attitudes Of Infrastructure Athletes

Introduction and purpose: The main purpose of our education system is to educating individuals with knowledge, skills and behaviors integrated with our values and competencies. Physical education and Sport are known to have an important role in the development of basic moral values such as honesty, tolerance, cooperation and respect. In our country, as in the world, the whole society is affected negatively as unethical behavior is

increasing every day in sports fields. The research was carried out in order to bring into open the moral decision-making attitudes of the student-athletes in the infrastructure teams of different branches throughout Turkey and to examine them in terms of different variables.

Method: Using the simple random method, a total of 832 infrastructure athletes, 498 men and 334 women, from 13 branches in 51 provinces, were included in the study. 146 of the participants are middle school students, 382 are high school students and 304 are university students, 543 are individual sport players and 289 are team sport players. In the research, Lee et al. (2007) and adapted into Turkish by Gürpınar (2014), 3 sub-dimension "Moral Decision Making Attitudes Scale in Infrastructure Sports" was used. In the original of the scale and in this study, the Cronbach Alpha coefficient was found to be .76. In the analysis of the data, the level of error was taken as .05 by using t test and ANOVA from the parametric tests.

Results: While there was a significant difference in favor of female athletes throughout the scale in terms of adopting cheating according to gender, accepting love for competition, there was no meaningful discrepancy in the dimension of preserving winning fairly. While there was a significant difference in the total of the scale and adopting a passion for competition according to the class level of the athletes, there was no significant difference in the sub-dimensions of adopting cheating and keeping a fair win. In comparison of attitudes according to the sports branches, while the meaningful results were obtained in favor of those engaged in individual sports throughout the scale and the love of competition, there was no significant difference in other dimensions.

Conclusion: It is occurred that female athletes were better at moral decision-making than male athletes, their moral decision-making attitudes were negatively affected as class level increased, and those engaged in individual sports had higher moral decision-making attitudes.

SB92

KIRSAL BÖLGEDE YAŞAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Öznur KARA*, [1]Pelin USTAOĞLU HOŞVER**

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE

***Email :** oznurkara@duzce.edu.tr, pelinustaoglu@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Günümüzde fiziksel olarak inaktif şekilde sürdürülen yaşamlar sağlık açısından ciddi problemlere yol açmaktadır. Bu noktada düzenli olarak fiziksel aktivite yapmak büyük önem taşımaktadır. Fiziksel aktiviteye katılıma etki eden faktörden biri de motivasyondur. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı, kırsal kesimde yaşayan lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını cinsiyet, sınıf düzeyi ve serbest zamanlarında yapmaktan hoşlandıkları aktivite türüne göre incelemektir.

Yöntem: Bu çalışma, tarama modeli esas alınarak yapılmıştır. Çalışmaya 2019-2020 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Kastamonu İli, İnebolu İlçesi'nde bulunan 3 farklı lisede öğrenim gören 303 öğrenci (n=178 kadın, n=125 erkek) gönüllü olarak katılmış. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan ve katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelik olarak hazırlanmış Kişisel Bilgi Formu ve Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) kullanılmıştır. Veriler SPSS 20 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde frekans, ortalama hesaplamaları kullanılmıştır. Yapılan normallik testi sonucunda veriler normal dağılım göstermediğinden dolayı iki grubun olduğu karşılaştırmalarda Mann- Whitney U testi, ikiden fazla grubun olduğu karşılaştırmalarda Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda kırsal kesimde yaşayan lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının 61,80±10,34 ile yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Cinsiyet ve sınıf düzeyinin öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları alt boyut ve toplam puanları üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı, serbest zamanlarında yapmaktan hoşlandıkları aktivitelere göre yalnızca nedensizlik alt boyutunda teknolojik cihazlarla vakit geçirmeyi tercih eden öğrencilerin aleyhine bir fark yarattığı bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, kırsal kesimde yaşayan lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının yüksek olduğu, serbest zamanlarında teknolojik cihazlarla vakit geçirmeyi tercih eden öğrencilerin diğer aktiviteleri tercih eden öğrencilere kıyasla nedensizlik alt boyutunda daha az motivasyon düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

INVESTIGATION OF THE MOTIVATION FOR PHYSICAL ACTIVITY PARTICIPATION OF HIGH SCHOOL STUDENTS WHO LIVES IN RURAL DISTRICT ACCORDING TO SOME VARIABLES

Introduction and Aim: Nowedays, physically inactive lifes lead to some serious health problems. At this point, doing regular physical activity has a huge importance. Motivation is one of the factors that has an effect to

participation to physical activity. Because of this, the aim of this study was investigate the motivation toward to physical activity participations of high school students according to gender, grade and type of leisure time activity.

Method: This study based on screening model. 303 high school students in İnebolu/Kastamonu participated the study as voluntarily. For data collection, Personel Information Form that prepared by researhers and Motivation Scale for Participation in Physical Activity (MSPPA) that developted by Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) was used. Datas analysed with the SPSS 20 software. For the statistical analysis frequence, means was used and due to the datas distribution not normal, for the two groups comparing Mann-Whitney U test, for the more than two groups comparing Kruskal Wallis test was used.

Findings: Results show that high school students' motivation toward to physical activity participation who lives rural district was founded as 61,80±10,34 and that means they have high motivation level. According to gender and grade, there is no statistically significant differences of the total and sub-dimension score. On the other hand, according to type of leisure time activity, there is a statistically significant difference in one sub-dimension so the students who prefer to spent their time with the technological tools have lower score.

Conslusion: As a conclusion, high school students' motivation toward to physical activity participation who lives rural district are high and the students who prefer to spent their time with the technological tools have low motivations about the participation to physical activity.

SB93

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİ ADAYLARININ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNİ TERCİH ETME NEDENLERİ VE BÖLÜMLERE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

[1]Pelin USTAOĞLU HOŞVER, [1]Öznur KARA

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE

Email : *pelinustaoglu@duzce.edu.tr, oznurkara@duzce.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Üniversitelerde bölüm tercihi yapacak olan üniversite öğrencisi adaylarının ileride yapacakları mesleklere yönelik eğitim alacakları bölümleri tercih etme nedenleri ve bölümlere ilişkin sahip oldukları görüşlerin neler olduğunun ortaya çıkarılması üniversite öğrencisi adaylarının nasıl bir farkındalık ile hareket ettiklerini ortaya çıkarabilmek açısından öneme sahiptir. Buradan hareketle, bu çalışmanın amacı spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavlarına hazırlanan öğrencilerin spor bilimleri fakültesini tercih etme nedenlerini ve bölümlere ilişkin görüşlerini belirlemektir.

Yöntem: Betimsel çalışma deseni esas alınarak yapılan araştırmada nitel veri analiz tekniklerinden içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmaya 2019 yılı spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavlarına hazırlanan sekiz öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Toplanan veriler NVIVO 12 analiz programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmanın sonucunda spor bilimleri fakültesi öğrenci adayları, spor bilimleri fakültesini tercih etme nedenlerini sevgi ve ilgi duyma, çevreden etkilenme ve spor ile uğraşmış olma olarak; kazanmayı öncelikle istedikleri bölümü öğretmenlik bölümü olarak, öğretmenlik bölümünün antrenörlük ve yöneticilik bölümlerine kıyasla toplum tarafından daha tanınan/bilinen ve değer gören bir bölüm olarak algılandığını düşündüklerini ifade etmişlerdir.

Sonuç: Sonuç olarak spor bilimleri fakültesi özel yetenek sınavlarına hazırlanan öğrencilerin spor bilimleri fakültelerini tercih etme nedenlerinin mesleği sevmeleri ve ilgi duymaları, aile ve arkadaşlarından etkilenmeleri ve spor ile uğraşmış olmalarından kaynaklandığı görülmektedir. Öğrencilerin tamamının öncelikle kazanmayı istedikleri bölümün beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü olduğu, antrenörlük ve yöneticilik bölümleri ile ilgili daha az bilgiye sahip oldukları ve öğretmenlik bölümünün toplumdaki bilinme ve değer görme durumunun diğer bölümlere göre daha iyi durumda olduğu söylenebilir.

THE CAUSES OF PREFER THE FACULTY OF SPORT SCIENCE AND OPINION ABOUT THE DEPARTMENTS OF FACULTY OF SPORT SCIENCE CANDIDATE STUDENTS

Introduction and Aim: The reasons why university student candidates who will choose a department at universities will choose the departments they will study for their future profession and their opinions about the departments are important in terms of revealing the awareness of university student candidates. Because of this, the aim of this study is to determine candidate students who prepare for special talent examination of faculty of sport science causes of prefer the faculty of sport science and opinion about the departments of faculty of sport science.

Method: This study is based on descriptive research desing and content analysis method was used. For the study, eight candidate students who prepare for special talent examination of faculty of sport science participated as a volunteer. Semi-structured interview form that prepared by researhers was used for data collection. Collected datas analysed with the Nvivo 12 analysis computer programme.

Findings:Results of the study show that candidate students prefer the faculty of sport science cause of love and interest, environmental influence and being involved in sports. In addition to this, firstly department that candidate students' willing to enrollment is physical education and sports tearcher department. Finally, candidate students states that physical education and sports teachers department is the most recognized and valuable department according to society.

Conslusion: As a conclusion, we can say that candidate students prefer the faculty of sport science due to love and interest environmental influence and being involved in sports. All of the candidate students is willing to enrollment physical education and sports teacher department firstly and they have less knowladge about the other departments and they think that physical education and sport teacher department has a more recognized and value according to society.

SB103

BİLDİRİ BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN YETKİNLİK DÜZEYLERİ İLE ÖZERKLİK ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Aydın PEKEL, [1]Ali KAYA, [1]Taner ATASOY, [1]Mehmet SOYAL

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

Email : *apekel@gelsim.edu.tr, alikaya@gelisim.edu.tr, tatasoy@gelisim.edu.tr, msoya@gelisim.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin yetkinlik düzeyi ile özerklik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma nicel araştırma, ilişkisel tarama modeli uygulanarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul, Kayseri, Muğla, Malatya ve Mersin İli Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı devlet ve özel okullarda görev yapan beden eğitimi öğretmenleri örneklemini ise basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen (n= 672) gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama yöntemi olarak anket (survey) tekniğinden faydalanılmıştır. Katılımcılara çalışma hakkında bilgi verildikten sonra çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülmüştür. Katılımcılara kişisel bilgi formu, öğretmen yetkinlik ölçeği ve öğretmen özerklik ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler IBMM SPSS 25 paket programına aktarılmış istatistiksel analiz olarak korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Sonuç olarak beden eğitimi öğretmenlerinin yetkinlik düzeylerinin ve özerklik algılarının iyi seviyede olduğu, yetkinlik düzeyi ile özerklik algısı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunduğu ve öğretmen yetkinliğinin öğretmen özerkliğini olumlu yönde yordadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmeni, Yetkinlik, Özerklik

The Relationship Between The Competence Levels Of The Paper Physical Education Teachers And Their Perceptions Of Autonomy

The aim of this study is to examine the relationship between the level of competence of physical education teachers and their perception of autonomy. The research was carried out by applying quantitative research, relational scanning model. The sample of the physical education teachers working in the public and private schools affiliated to the Provincial Directorate of National Education in Istanbul, Kayseri, Muğla, Malatya and Mersin is the population of the study, and the volunteer participants determined by simple random sampling method (n = 672). Survey technique was used as data collection method. After the participants were informed about the study, participation in the study was carried out on a voluntary basis. Personal information form, teacher competence scale and teacher autonomy scale were applied to the participants. The data obtained were transferred to the IBMM SPSS 25 package program, and correlation and regression analyzes were performed as statistical analysis. As a result, it was determined that the competence levels and autonomy perceptions of physical education teachers were at a good level, there was a moderate positive relationship between the level of competence and the perception of autonomy, and teacher competence positively predicted teacher autonomy.

Keywords: Physical Education Teacher, Competence, Autonomy

SB122

15-18 YAŞ ARALIĞINDAKİ GENÇ SPORCULARIN KARAKTER DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Canberk ÖZLÜ*, [1]Dilek YALIZ SOLMAZ**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Email : *ozlucanberk@gmail.com, dilekyaliz@eskisehir.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı Kayseri ilinde bulunan 15-18 yaş aralığındaki sporcuların karakter düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından belirlenmesidir. Araştırma tarama modeli olarak tasarlanmıştır. Araştırmanın evrenini Kayseri'de bulunan lisanslı, 15-18 yaş aralığındaki sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise amaçsal örnekleme yöntemi (purposive sampling) ile seçilen toplam 405 (127 kız, 278 erkek) gönüllü sporcudan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Chang-Yong Jang tarafından geliştirilen, Görgüt ve Tuncel tarafından uyarlanan "Spor Karakter Ölçeği" ve Kişisel Bilgiler Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde, betimleyici istatistik düzeyinde aritmetik ortalama, standart sapma, yorumlayıcı istatistik düzeyinde Bağımsız Örneklem T-testi, Tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testleri kullanılmıştır. Elde edilen bilgiler ışığında sporcuların karakter düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Cinsiyet değişkeninde kız sporcuların lehine anti sosyal davranış alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür. Not ortalaması ve karakter düzeyi arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Spor yapılan süre değişkeninde anlamlı farklılık görülmemiştir. Sporcuların yaşı ve sınıf düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmadıkları görülmüştür. Bireysel spor yapan bireylerin anti sosyal davranış alt boyutunda anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Karakter gelişimini destekleyici ve geliştirici eğitim öğretim programlarının ilgili federasyonların eğitim süreçlerine eklenmesi ve Milli Eğitim Bakanlığı tarafından Beden Eğitimi ve Spor dersi müfredatına alınmasının ve lisans düzeyinde ilgili eğitim veren kurumlarında eğitim öğretim süreçlerine dahil edilmesinin, gelecek kuşak bireylerin sağlıklı ahlaki gelişimleri için önem arz etmektedir.

AN EXAMINATION OF THE CHARACTER LEVELS OF YOUNG ATHLETES BETWEEN 15-18 AGES

The aim of this study was to determine the characters of athletes aged 15-18 in Kayseri province in terms of various variables. The research was designed as screening model. The registered athletes between the ages of 15-18 in Kayseri constitute the population. The sample of the study consists of a total of 405 (127 girls, 278 boys) volunteer athletes who are selected through the purposive sampling. "Sport Character Scale" developed by Chang-Yang, adapted by Görgüt and Tuncel and personal information form were used as data collection tool. In analyzing the data, arithmetic mean, standard deviation at the descriptive statistics and unpaired t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) tests at the interpretative statistic were used. Findings from the data, it can be said that the character levels of athletes are high. There was a statistically significant difference in the antisocial behavior sub-dimension in favor of female athletes in the gender variable. An important difference was determined between the grade point average and character level. . There was no substantial difference in the duration of sports variable. It was observed that the age and grade levels of the athletes did not differ statistically significantly. It was seen that individuals who do sports individually differ significantly in the antisocial behavior sub-dimension. It is important for the healthy moral development of the next generation individuals to be added character education programs that support and develop character development to the educational processes of the relevant federations and to be included them in the curriculum of physical education and sports lessons by the

Ministry of Education, and to be included them in the education and training processes of the relevant education institutions

SB123

TÜRKİYE VE İRAN'DAKİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZSAYGI DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Dilek Yalız Solmaz*, [1]Dilek Yalız-Solmaz, [2]Sahba Kamalı**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir
[2]Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

***Email :** dilekyaliz@eskisehir.edu.tr, dilekyaliz@eskisehir.edu.tr, sahba.kamali@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Farklı ülkelerde yaşayan öğretmen adaylarının, farklı sosyokültürel çevrelerde yetiştikleri için özsaygı düzeylerinin de farklılık göstermesi beklenmektedir. Ancak söz konusu farklılıkların belirlenebilmesi için, bu alanda daha fazla sayıda akademik çalışmaya gereksinim duyulmaktadır. Bu araştırmada bu gerekliliken ortaya çıkmıştır. Bu araştırmanın amacı, Türkiye ve İran'daki beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının özsaygı düzeylerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Bu araştırmada tarama modelinde betimsel araştırmalardan kültürlerarası karşılaştırmalı araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcı grubunu 80 Türkiye (36 erkek ve 44 kadın) ve 111 İranlı (37 erkek ve 74 kadın) öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak her iki ülkede geçerlilik ve güvenirlilik çalışmaları gerçekleştirilen, Cooper-Smith Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini oluşturan bireylerin demografik özellikleri hakkındaki verilerin analizinde frekans ve yüzde dağılımından yararlanılmıştır. Araştırmanın amacına yönelik verilerin test edilmesinde ise çift yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Öğretmen adaylarının öz saygı puanları incelendiğinde, hem Türkiye hem de İran'daki öğretmen adaylarının orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir. Ancak öz saygı puan ortalaması açısından Türkiye'deki öğretmen adaylarının puan ortalamalarının İran'daki öğretmen adaylarının puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmesine karşın, öğretmen adaylarının yaşadıkları kültüre göre öz saygı düzeylerinin farklılık göstermediği diğer bir ifade ile benzer düzeyde olduğu söylenebilir. Araştırma sonuçlarına göre, öz saygı puanlarının hem cinsiyete, sınıf düzeyine, algılanan akademik başarı düzeyi, anne ve baba eğitim durumu hem de kültür değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklı olmadığı tespit edilmiştir.

COMPARISON OF THE LEVELS OF SELF-ESTEEM OF STUDENTS IN THE PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHING DEPARTMENT IN TURKEY AND IRAN

Introduction and Aim: It is expected that the self-esteem levels of teacher candidates living in different countries will also differ, as they are raised in different sociocultural environments. However, more academic studies are needed in this field in order to determine these differences. This research has emerged from this requirement.The aim of this study was to compare the levels of self-esteem of pre- service teachers studying in the physical education and sports teaching department in Turkey and Iran.

Method: In this study, cross-cultural comparative research method, one of the descriptive researches, was used in the survey model. 80 Turkey Participants of the study group (36 men and 44 women) and 111 Iranians (37 male and 74 female) students. Cooper-Smith Self- Esteem Scale, whose validity and reliability studies were carried out in both countries, was used as a data collection tool in the study. The distribution of frequency and

percentage was used in the analysis of the data about the demographic characteristics of the individuals who constitute the sample of the study. Two-way analysis of variance was used to test the data for the purpose of the study.

Results and Conclusion: When pre-service teachers' self-esteem scores were analyzed, it was observed that pre-service teachers both in Turkey and in Iran were above the moderate level. However, in terms of mean self-esteem scores, although it appeared that the mean scores of preservice teachers in Turkey were higher than the mean scores of pre-service teachers in Iran, it can be said that pre-service teachers' levels of self-esteem did not differ according to the culture they live in, in other words, they were at similar levels. According to the results of the study, it was determined that self-esteem scores were not significantly different according to both gender, grade level, perceived level of academic achievement, educational status of mother and father and culture variables.

SB125

ÜNİVERSİTE ÖĞRENİMİ GÖREN BİREYLERİN ALGILANAN STRES DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]ÜNAL TÜRKÇAPAR, [2]MÜJDE ATICI, [1]KANAT CANUZAKOV

[1]Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *turkcaparunal@hotmail.com, mujdeatici_27@hotmail.com, kanat.dzhanuzakov@manas.edu.kg*

Bu çalışma farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeylerinin nasıl şekillendiğini belirlemektir. Bu çalışmada tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu çalışma betimsel ve çıkarımsal bir niteliğe sahiptir. Çalışma Kırgızistan-Türk Manas Üniversitesinde 2019-2020 eğitim öğretim yılında 113 birey ile sürdürüldü. Çalışmada gönüllü katılım kriteri esasına göre şekillendirilmiştir. Bu çalışmada verilerin toplanması için araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ve Algılanan Stres Ölçeği kullanıldı. Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılarak SPSS 21.0 istatistik programı ile değerlendirildi. Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, ikamet, gelir ve bölüm gibi demografik değişkenlerinde anlamlı bir fark tespit edilmedi. Üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinin şekillenmesinde cinsiyet, yaş, ikamet, gelir ve bölüm gibi değişkenler belirleyici faktörler değillerdir.

Anahtar Kelimeler: Stres, Algı, Stres Ölçeği

ANALYSIS OF PERCEIVED STRESS LEVELS OF INDIVIDUALS AT UNIVERSITY EDUCATION

This study is to determine how the perceived stress levels of university students studying in different departments are shaped. Screening method was used in this study. This study has a descriptive and inferential quality. The study was carried out at Kyrgyzstan-Turkish Manas University in the 2019-2020 academic year with 113 individuals. The study was shaped on the basis of voluntary participation criteria. In this study, the demographic information form prepared by the researcher and the Perceived Stress Scale were used to collect data. The data obtained were transferred to the computer environment and evaluated with the SPSS 21.0 statistics program. There was no significant difference in demographic variables such as gender, age, residence, income and department of the university students participating in the study. Variables such as gender, age, residence, income and department are not determining factors in shaping the perceived stress levels of university students.

Keywords: Stress, Perception, Stress Scale

SB137

ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Murat Ergin*, [2]Ekrem Boyalı**

[1]Aksaray Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *muratergin0006@gmail.com,*

GİRİŞ ve AMAÇ: Bu araştırmanın amacı ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarını cinsiyet, sınıf düzeyi, spor yapma durumu, tesis imkânları, okul türü değişkenleri açısından incelemektir.

METOT: Çalışmaya Kırıkkale, Kırşehir ve Aksaray il merkezlerinde MEB'e bağlı bulunan 12 ortaöğretim okulunda 9, 10, 11 ve 12. sınıflarda öğrenim gören toplam 905 (424 kadın, 481 erkek) öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve Pehlivan (1998) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Shapiro Wilks Testi ile normalliği sınanan verilerin normal dağılım gösterdikleri belirlenmiştir. Parametrik testlerden ikili grup karşılaştırmalarında Bağımsız Gruplarda t Testi ve ikiden fazla grup karşılaştırmalarında Tek Yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Hata düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

BULGULAR: Araştırmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların beden eğitimi ve spor dersine yönelik ortalama tutum puanlarının yüksek düzeyde olduğu (74.10±19.21) belirlenmiştir. Beden eğitimi ve spor dersine yönelik ortalama tutum puanları; erkek katılımcıların, spor salonu bulunan okullarda öğrenim gören öğrencilerin, okul takımı veya kulüplerde spor yapan öğrencilerin istatistiksel açıdan daha yüksek belirlenmiştir ($p<0,05$). Okul türü (Fen Lisesi, Anadolu Lisesi ve Meslek Lisesi) ve öğrenim görülen sınıf düzeyi açısından ortalama tutum puanları arasında ise istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

SONUÇ: Sonuç olarak; ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının cinsiyet, okulda spor salonu bulunması ve spor yapma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmış fakat okul türü ve öğrenim görülen sınıf düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Anahtar Sözcükler: Beden Eğitimi ve Spor, Tutum, Öğrenci

INVESTIGATION OF HIGH SCHOOL STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS LESSON IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES

INTRODUCTION and PURPOSE: The purpose of this study is to examine high school students' attitudes towards physical education and sports lessons in terms of gender, grade level, gymnasium facilities, and school type variables.

METHOD: A total of 905 (424 female, 481 male) students at 9, 10, 11 and 12 grades in 12 secondary schools in Kirikkale, Kirşehir and Aksaray province centers affiliated to the Ministry of National Education participated in the study. Personal information form developed by the researcher and " The Scale of Attitudes towards Physical Education Lessons " developed by Pehlivan (1998) were used as data collection tools. It was determined that the

obtained data showed normal distribution of the data whose normality was tested with the Shapiro Wilks Test. Among the parametric tests, t Test in Independent Groups was used for paired group comparisons and One Way ANOVA test was used for comparisons of more than two groups. The error level was taken as 0.05.

FINDINGS: According to the findings of the study, it was determined that the participants' average attitude scores towards physical education and sports lessons were at a high level (74.10±19.21). It was determined that the average attitude scores of male participants, schools with gyms and sports students towards physical education and sports lessons were statistically higher. ($p<0,05$). There was no statistically significant difference between the average attitude scores in terms of school type (Science High School, Anatolian High School and Business High School) and the grade level attended ($p>0,05$).

RESULT: As a result; A statistically significant difference was determined in high school students' attitudes towards physical education and sports lessons according to gender, presence schools with gyms and sports activity, but no statistically significant difference was found according to the type of school and the level of education.

Keywords: Physical Education and Sports, Attitude, Student

SB177

ALTYAPI SPORCULARININ SPORDA AHLAKTAN UZAKLAŞMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[2]Murat Kangalgil, [1]Ahmet Temel, [3]Olcay Kiremitçi, [3]Berkcan Boz

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, NİĞDE
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[3]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Email : *murat.kangalgil@deu.edu.tr, ahmet.temel@mail.ohu.edu.tr, olcay.kiremitci@ege.edu.tr, berkcan.boz@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Ahlaki eylem, içsel muhakeme sonucunda doğru davranışın ne olduğunu bilmenin mantıksal bir sonucudur. Birey ahlaki muhakeme yaparak doğru olanı bilse bile her zaman bunu uygulamaz. Ahlaktan uzaklaştığını ve davranışını ahlak dışı olarak görmez; zarar verme konusundaki sorumluluklarını içsel olarak minimize ederek, davranışın sonuçlarını görmezden gelebilir ve bu sonuca bağlı suçlama davranışı gösterebilir (Bandura, 2004). Sporda ise kazanma isteği bazen sportif kuralların çiğnenmesine neden olmaktadır. Bu durum sporun saygı, barış, sosyalleştirici yönünün dışına çıkılarak, saldırgan, ahlak dışı davranışların ortaya çıkmasına sebebiyet vermektedir. Çeşitli nedenlerle sporcularda yaratılan ya da sporcunun kişiliğinde var olan aşırı kazanma isteği ya da hırsı sporcunun sportif ahlaktan uzaklaşmasına ve karar verme sürecini de etkileyebilmektedir. Buradan hareketle bu araştırma, öğrenci-sporcuların sporda ahlaktan uzaklaşma tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada, basit tesadüfi yöntem kullanılarak 13 branşta toplam 832 altyapı sporcusu araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların 146'sı ortaokul, 382'si lise ve 304'ü üniversite öğrencisi aynı zamanda 543'ü bireysel sporlar, 289'u takım sporu ile uğraşmaktadır. Boardley ve Kavussanu (2008) tarafından geliştirilen ve Gürpınar (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan "Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği" Kısa Formu kullanılmıştır. Ölçeğin orijinalinin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .77, bu çalışmada ise .72 olarak bulunmuştur. Verilerin analizinde Testi ve Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) kullanılmış ve yanılma düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Bulgular: Sporda ahlaktan uzaklaşma düzeyleri karşılaştırıldığında; Cinsiyet, sınıf düzeyi ve spor branşlarına göre farklar anlamlı bulunurken ($p<.05$), sporla uğraşma yılı, sportif derece ve sosyal medya kullanımına göre ahlaktan uzaklaşma hususunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>.05$).

Sonuç: Erkek sporcuların kadın sporculara göre ahlaktan uzaklaştığı, ortaokul düzeyindeki öğrencilerin lise ve üniversite öğrencilerinden daha iyi olduğu ve spor branşlarına göre takım sporuyla uğraşan sporcuların bireysel branşlarla uğraşan sporculara göre anlamlı düzeyde ahlaktan uzaklaştığı söylenebilir.

Examining The Diverging Attıtudes From Morality In Sport Of Infrastructure Athletes

Introduction and Purpose: Moral action is the logical consequence of knowing what the right behaviour is as a result of internal judgment. Even if the individual knows what is right by making moral judgment, s/he does not always apply it. S/he does not see his immorality and behaviour as immoral; By minimizing their responsibilities internally on harming, they individuals can ignore the consequences of the behavior and show blame behavior

based on this result (Bandura, 2004). In sports, the desire to win sometimes causes the sportive rules to be violated. This situation leads to the emergence of aggressive and immoral behaviors by going beyond the respect, peace and socializing aspects of sports. The excessive desire or ambition created in athletes for various reasons or existing in the athlete's personality may also affect the athlete's departure from sporting ethics and the decision-making process. From this point of view, this research has been conducted in order to examine student-athletes' attitudes of moving away from morality in sports in terms of some variables.

Method: Using the simple random method, a total of 832 infrastructure athletes, 498 men and 334 women, from 13 branches in 51 provinces, were included in the study. 146 of the participants are middle school students, 382 are high school students and 304 are university students, 543 are individual sport players and 289 are team sport players. The Short Form of the Scale of Distance Morality in Sports, developed by Boardley and Kavussanu (2008) and adapted into Turkish by Gürpınar (2015), was used. The Cronbach Alpha reliability coefficient, which was found to be .77 in the original of scale, was.72 in this study. Test and One Way Analysis of Variance (ANOVA) were used in data analysis and the level of error was taken as .05.

Results: When the levels of immorality in sports were compared; While the differences were found to be significant according to gender, class level and sports branches ($p < .05$), there was no significant difference in terms of immorality according to the years involved in sports, sports degree and social media usage ($p > .05$).

Conclusion: It can be said that male athletes move away from morality compared to female athletes, middle school students are better than high school and university students, and athletes engaged in team sports according to sports branches are significantly digressed from morality compared to athletes who are engaged in individual branches.

SB178

OKÇULARIN DİKKAT VE PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Mahmut ULUKAN*, [2]Nurgül ÖZDEMİR**

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Programı Öğrencisi
[2]Doç.Dr.İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü

***Email :** mhmtulkn@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı, 14-20 yaş arası okçuların dikkat düzeylerinin performansları ile ilişkisini araştırmaktır. Bu araştırma iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli özelliklerini taşıyan nicel bir çalışmadır. Metodoloji olarak, çalışma kapsamında olası sebep sonuç ilişkileri ile ilgili yararlı çıkarımlar elde edilmesi amacıyla tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye okçuluk şampiyonasına katılan 3045 erkek ve kadın sporcudan 14-20 yaş aralığındaki yarışmacılar oluşturmaktadır. Çalışma örnekleminin belirlenmesinde gelişigüzel örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmaya, Türkiye'de yarışmaya katılan 14-20 yaş aralığındaki yaklaşık 3045 okçudan gelişigüzel örnekleme yöntemiyle, seçilen 400 gönüllü sporcudan, kayıp veriler de dikkate alındığında 347 okçu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Burdon (1955) tarafından geliştirilen Burdon Dikkat Testinden yararlanılmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan sporcuların Türkiye şampiyonasındaki performansları da yarışma sonuçlarına göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda okçuların dikkat ve performans düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunduğu görülmüştür.

INVESTIGATION OF THE IMPACT OF THE ATTENTION LEVELS OF ARCHERS ON PERFORMANCE

This study aims to investigate the effect of attention levels on performance in archers aged 14-20. This research is a quantitative study with relational survey model features aiming to examine the relationship between two or more variables. As a methodology, the survey model was used to obtain useful inferences about possible cause-effect relationships within the scope of the study. The universe of the study consisted of Turkey Archery Championships from 3045 male and female athletes in the 14-20 age range constitute competitors. The random sampling method was used to determine the study sample. The study, using random sampling method from about 3045 archers in the 14-20 age range in Turkey participated in the competition, the athletes selected from 400 volunteers, has created 347 archers Considering the missing data. In the study, personal information form prepared by the researcher and Burdon Attention Test developed by Burdon (1955) were used as data collection tools. In addition, the performance of the athletes who participated in the research championships in Turkey is evaluated according to the competition results. As a result of the study, it was observed that there was a low level positive relationship between the attention and performance levels of the archers.

SB179

FARKLI DÖVÜŞ SPORU YAPAN ÖĞRENCİLERİN SPORTMENLİK YÖNELİM DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]Mahmut ULUKAN

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Programı Öğrencisi

Spor kavramı içerisinde öne çıkan, aslında bir ahlak kavramı ve eğitim ilkesi olarak kabul edilen sportmenlik; oyun kurallarına uyma, başkalarına saygı, hak, adalet, centilmenlik gibi insani özellikleri içerirken; hilekârlık, yalan, kurallara uymama gibi toplum tarafından kabul edilmeyen davranışları da reddettiği ifade edilmiştir (Yapan, 2007). Bu araştırmanın amacı çeşitli dövüş sporlarıyla ilgilenen öğrencilerin sportmenlik yönelim düzeylerinin belirlenmesi ve bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

Araştırmaya %62,3'ü erkek, %37,7'ü kadın olmak üzere 122 sporcu öğrenci katılmıştır. Çalışmada; Vallerand ve arkadaşları(1997) tarafından geliştirilen, Sezen-Balçıkanlı (2010) tarafından Türkçe' ye uyarlanmış olan Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma istatistiğinde; verilerin normal dağılım göstermeleri nedeni ile parametrik testler olan bağımsız örnekler t-testi ve ANOVA kullanıldı, ayrıca kişisel özellikler frekans ve yüzde değerleri analiz edildi (α=0,05). Sporcuların sportmenlik düzeylerini belirlemek için tanımlayıcı istatistiklerden faydalanıldı.

Araştırma bulgularına göre; cinsiyet değişkenine göre yapılan karşılaştırmalarda ölçeğin sporda sorumluluklara bağlı ve rakibe saygı alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sosyal aktivitelere katılma durumuna göre yapılan karşılaştırmada ölçeğin bütünü ve alt boyutları arasında sosyal aktivitelere katılanların lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Öğrencilerin spor yapma yıllarına göre yapılan karşılaştırmada ölçeğin rakibe saygı alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak dövüş sporu yapan öğrencilerin günlük spor yapma süreleri ve spor yapma amaçlarına göre yapılan karşılaştırmalarda gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Sonuç olarak; dövüş sporu ile ilgilenen öğrencilerin sportmenlik yönelimlerinin orta düzeyin üstünde olduğu saptanmıştır.

INVESTIGATION OF DIFFERENT FIGHTING SPORTS STUDENTS SPORTSPERSONSHİP ORIENTATION LEVELS IN TERMS OF SOME VARIABLES

Sportspersonship, which stands out in the concept of sports, actually accepted as a moral concept and educational principle; while it includes human qualities such as obeying the rules of the game, respect for others, rights, justice, and gentlemen; it has been stated that it also rejects behaviors that are not accepted by the society, such as deceit, lies, and not obeying the rules (Yapan, 2007). This study aims to determine the sportspersonship levels of students who are interested in various martial arts and to examine them in terms of some variables.

The study has participated in 122 athletes, 62.3% male, and 37.7% female. In the study; Multidimensional Sportsmanship Orientation Scale developed by Vallerand et al. (1997) and adapted to Turkish by Sezen-

Balçıkanlı (2010) was used. In research statistics; Because the data showed normal distribution, independent samples t-test and ANOVA, which are parametric tests, were used. Also, the frequency and percentage values of personal characteristics were analyzed ($\alpha = 0.05$). Descriptive statistics were used to determine the sportsmanship levels of the athletes.

According to the research findings; in the comparisons made according to the gender variable, a significant difference was found in the sub-dimensions of the scale due to responsibilities in sports and respect for the opponent ($p < 0.05$). In the comparison made according to participation in social activities, it was seen that there was a significant difference between the whole scale and its sub-dimensions in favor of those participating in social activities ($p < 0.05$). In the comparison made according to the years of sports activities of the students, a significant difference was found in the respect for the opponent sub-dimension of the scale ($p < 0.05$). However, it was found that there was no significant difference between the groups in the comparisons made according to the daily exercise time and sports purposes of the students who do martial arts ($p > 0.05$).

As a result; It was determined that the sportspersonship orientation of the students who were interested in martial arts was above the middle level.

SB186

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN E-ÖĞRENMEYE YÖNELİK GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Hasan Ceyhun CAN*, [1]Hamdi ÖZDEMİR, [1]Ayşe TÜRKSOY IŞIM**

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa

***Email :** ceyhuncan@istanbul.edu.tr, hamdiozdemir@istanbul.edu.tr, ayse.turksoy@istanbul.edu.tr*

Bu araştırma beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin e-öğrenmeye yönelik görüşlerinin incelenmesini amaçlamaktadır. Bu amaçla çalışma nitel araştırma yaklaşımlarından olgubilim deseniyle tasarlanmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenen çalışma grubu on bir kişiden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve elde edilen verilerin analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilere bakıldığında, e-öğrenme ana teması altında; ''bilgi durumu'', ''olumlu yönleri'', ''olumsuz yönleri'' ve ''gereklilik durumu'' olmak üzere dört alt temaya ulaşılmıştır. Bu temalar altında katılımcıların çoğunluğunun e-öğrenme hakkında bilgi sahibi oldukları görülmüştür. Katılımcılar sıklıkla, e-öğrenmenin zaman ve mekân özgürlüğü ile pratiklik konusunda olumlu yönleri olduğunu, fiziki sınıf atmosferi ve anlık dönüt alamama durumlarında ise olumsuz yönleri barındırdığını ifade etmiştir. Ayrıca katılımcılar sıklıkla, e-öğrenmenin ders içeriğini zenginleştirme, teorik derslerin işlenmesi ve eğitim- öğretim çağına ayak uydurabilmek adına gerekli olduğunu, diğer taraftan sosyal ilişki yetersizliği yaratması, uygulama dersleri eksikliği ve iş imkânlarının alanda azalması e-öğrenmenin eğitim-öğretim esnasında gerekli olmadığını ifade etmiştir.

Investigation Of Physical Education And Sport Department Students' Views On E-Learning

This study aims to investigation of physical education and sport department students' views on e-learning. Therefore, this study is designed with phenomenological pattern which is one of the qualitative research approaches. Purposeful sampling methods was used to determine the research group included 11 person. The data was collected through semi-structured interview form evaluated with content analysis method. According to the data obtained from the research, was identified four sub-themes under the e-learning main theme, which are "information status", "positive aspects", "negative aspects" and "necessity status". According to these themes, the findings demonstrate that most of the participants are informed about e-learning. Participants frequently state freedom of time and place and practicality as the positive aspects of e-learning, while stating the absence of physical class atmosphere and not being able to receive instant feedback as the negative aspects. Additionally, the participants express the necessity of e-learning in terms of enriching the course content, teaching of theoretical lessons and adapting to the age of education and training, whilst also stating that e-learning results in inefficient social interactions, lack of practical lessons and decreasing job opportunities in the field and therefore it is not a necessity during education and training.

SB187

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ VE ÖĞRETMEN ADAYLARINA GÖRE ÖĞRETİM MODELLERİ

***[1]Hasan Ceyhun CAN*, [1]Ayşe TÜRKSOY IŞIM**

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa

Email : *ceyhuncan@istanbul.edu.tr, ayse.turksoy@istanbul.edu.tr*

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının öğretim modelleri hakkındaki metaforik algılarını belirlenmektir. Bu çalışma nitel araştırma yöntemlerinden olan olgubilim kapsamında gerçekleştirilmiştir. Veri toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen çalışmanın amacına uygun açık uçlu sorular ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler içerik analizi yöntemiyle incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ili içerisinde görev yapmakta olan 84 beden eğitimi öğretmeni ve yine İstanbul ilinde beden eğitimi branşında öğretmenlik eğitimi almakta olan 94 öğretmen adayı, toplam 178 kişi oluşturmuştur. Katılımcılar tarafından öğretim modellerine yönelik ifade edilen metaforik kavramlar 5 kategori altında bir araya getirilmiştir. Bu kategoriler incelendiğinde, beden eğitimi öğretmenlerinin tarafından üretilen en çok kavram ''destekleyici kavram olarak öğretim modelleri'' kategorisinde iken beden eğitimi öğretmen adaylarına ait en çok kavramın kullanıldığı kategori ''temel kavram olarak öğretim modelleri'' olmuştur. Kavramlar içerisinde öğretmenler en sık olarak ''pusula'' metaforunu, öğretmen adayları ise ''harita'' metaforunu üretmişlerdir. Toplam 178 metafor içerisinde 106 farklı metafor kullanılırken, 11 adet kavramın her iki grup tarafından birebir aynı şekilde ifade edildiği görülmektedir. Bu benzerliklerin en yoğun görüldüğü kategori ''temel kavram olarak öğretim modelleri''dir.

TEACHING METHODS FOR PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND TEACHER CANDIDATES

This study aims to determine the metaphorical perceptions physical education teachers and teacher candidates have about teaching methods. We conducted this study within the scope of phenomenology, which is one of the qualitative research methods. We developed open ended questions and a personal information form to collect data in accordance with the goal of the study and evaluated the obtained data using content analysis method. The study group is comprised of a total of 178 participants, 84 physical education teachers who are currently working in Istanbul and 94 teacher candidates who are studying physical education teaching in Istanbul. We gathered the metaphorical perceptions that were expressed by the participants under 5 categories. A reviewing of these categories reveals that the majority of the concepts produced by teachers fall under the “teaching methods as a supporting concept” category, while the most used concepts of physical education teacher candidates are in the “teaching methods as the main concept” category. Within these concepts, teachers’ most frequently used metaphor is “compass”, while for teacher candidates this is “map.” The study shows that out of 178 metaphors, the participants produce 106 different metaphors while 11 metaphors are expressed exactly the same way by both groups. The study finds the most frequent similarities in the “teaching methods as main concept” category.

SB196

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN FİZİKSEL UYGUNLUK KARNESİNE YÖNELİK TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Günay Yıldızer*, [1]Gonca Eren, [1]Arıkan Ektirici, [1]Caner Özböke, [1]İlker Yılmaz**

[1]Eskişsehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

***Email :** gunayyildizer@gmail.com, goncaeren@eskisehir.edu.tr, arikanektirici@gmail.com, canerozboke@eskisehir.edu.tr, ilkery@eskisehir.edu.tr*

Giriş: Öğrencilerin, fiziksel aktivite katılımının sağlanması ve fiziksel uygunluk düzeylerinin geliştirilmesi gelecekte karşılaşabilecekleri sağlık sorunlarının önlenmesi açısından son derece önemlidir. Bu nedenle Türkiye'de ilk defa 2016-2017 eğitim- öğretim yılında uygulamaya koyulan "Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Karnesi"nin uygulamacısı olan öğretmenlerin uygulamaya yönelik tutumlarının önemli olduğu düşünülmektedir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı "Sağlıkla İlgili Fiziksel Uygunluk Karnesi" uygulamalarının yürütücüsü olan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, testlere yönelik tutumlarını belirlemek için hazırlanmış bir ölçme aracının Türkçe kültüründe geçerliğini test etmek ve öğretmenlerin uygulamaya yönelik tutumlarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 74'ü kadın ve 111'i erkek olmak üzere toplam 185 beden eğitimi ve spor öğretmeni katılmıştır. Araştırmada katılımcıların tutum düzeylerini belirlemek için geçerliği ve güvenirliği tespit edilen "Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Fiziksel Uygunluk Testlerine Yönelik Tutumları" ölçeği kullanılmıştır. Bulgular: Araştırmada yer alan cinsiyet, okul kademesi, mesleğe yönelik dernek üyeliği, ölçme aracını temin etme şekli ve yaş değişkenleri için yapılan t-testi sonuçlarına göre herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Öğretmenlik mesleğinde bulunma süresine göre yapılan ANOVA analizine göre ölçekte yer alan bilişsel alt boyutunda 9-16 yıl arasında deneyime sahip öğretmenlerin daha yüksek skorlar elde ettikleri ($p<0.05$) fakat diğer alt boyutlar ve toplum tutum puanı için anlamlı farklılık oluşmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak ölçeğin Türkiye'de kullanılmak için geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür. Ayrıca fiziksel uygunluk testlerine yönelik beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin genel tutum düzeylerinin benzer olduğu düşünülebilir. Deneyim süresinde oluşan bilişsel farklılık ise öğretmenlerin 2007 yılında güncellenmiş bir lisans programında mezun olmalarından kaynaklı olabilir.

EXAMINATION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' ATTITUDES TOWARDS FITNESS CARD

Introduction: Ensuring physical activity participation and improving their physical fitness of students is extremely important in terms of preventing future health problems. Therefore, the teachers whose attitudes towards the application of "Health-Related Physical Fitness Ratings", which implemented in the 2016-2017 academic year for the first time in Turkey, are thought to be important for implementation.

Purpose: The aim of this study is to test the validity of a measurement tool prepared to determine the attitudes of physical education and sports teachers, who are the executives of "Health Related Physical Fitness Report", in Turkish culture and to examine the attitudes of teachers towards practice.

Methods: A total of 185 physical education and sports teachers, 74 women and 111 men, participated in the study. The "Attitudes of Physical Education Teachers towards Physical Fitness Tests" scale, which validity and reliability was determined, was used to determine the attitude levels of the participants in the study. Results: No difference was found according to the t-test results for the variables of gender, grade taught, membership of association for the profession, the way of providing the measurement tool and age in the study ($p > 0.05$). According to the ANOVA analysis made it was determined that teachers with 9-16 years of experience achieved higher scores in the cognitive sub-dimension of the scale ($p<0.05$). However, it was determined that there was no significant difference for other sub-dimensions and community attitude score ($p > 0.05$).

Conclusion: It was found to be valid and reliable to use scale in Turkey. In addition, it can be thought that the general attitude levels of physical education and sports teachers towards physical fitness tests are similar. The cognitive difference that occurs during the experience period may be due to the teachers' graduation from an updated (2007- program change) undergraduate program.

SB202

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN GÜNLÜK DERS PLANI YAPMA YETERLİLİKLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Öznur KARA, [2]A. Dilşad MİRZEOĞLU, [3]Burak GÜNEŞ, [4]Kadir ATLI, [5]Nehir YALÇINKAYA

[1]Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,SAKARYA
[3]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBTYO, NEVŞEHİR
[4]Meb,İSTANBUL
[5]Doktora Öğrencisi Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi ,SAKARYA

Email : *kara.oznur92@gmail.com, belcesu@yahoo.com, gunesburak82@gmail.com, kadiratl90@gmail.com, nehirykaya@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bir öğretmenin dersini nitelikli bir şekilde işleyebilmesi, etkili bir planlama yapabilmesi ile yakından ilişkilidir. Bu nedenle öğretmenlerin dersini planlayabilme yeterliliklerinin belirlenmesi önem taşımaktadır. Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin dersleri ile ilgili günlük ders planı yapabilme yeterliliklerini incelemektir.

Yöntem: Nitel araştırma yöntemlerinden bütüncül tek durum deseninin kullanıldığı çalışmada, yapılandırılmamış görüşme ile 2019-2020 güz döneminde İstanbul, Sakarya, Düzce ve Kastamonu illerinde görev yapan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 23 beden eğitimi ve spor öğretmeninin kendi özgün günlük ders planları incelenmiştir. Görüşmede beden eğitimi öğretmenlerinden günlük ders planı hazırlamaları istenmiştir. Öğretmenler kendilerine verilen sürede istenen günlük ders planları, kendi bilgi birikimlerine ve özgün mesleki düşüncelerine göre yazılı olarak hazırlamışlardır. Öğretmenler tarafından hazırlanan ders planları, araştırmacılar tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi ve Spor Dersi Günlük Ders Planı Değerlendirme Formu" kullanılarak, alan uzmanı iki öğretim üyesi tarafından analiz edilmiştir. Değerlendirmeciler arasındaki tutarlılık Miles ve Huberman formulü (1994) ile hesaplanmış ve .81 olarak bulunmuştur. İki değerlendirmecinin verdiği puanların aritmetik ortalaması alınarak veriler sayısallaştırılmış ve her bir madde için frekans ve yüzde değerleri belirlenmiştir.

Bulgular: Yapılan analizde araştırmaya katılan öğretmenlerin temel bilgiler bölümünde en fazla oranda yöntemi (% 69.9), kazanımları (% 43.5) dersin ismini ve araç-gereçlerin isimlerini (% 39.1) yazdıkları belirlenmiştir. Öğretmenlerin hazırladıkları planların açık ve anlaşılır olduğu (% 65.3), seçtikleri içeriklerin ders süresine uygun olduğu (%52.2), içeriğe uygun etkinlik yazabildikleri (% 56.5), etkinliklerin öğrenci seviyesine uygun olduğu (% 56.5), içeriğe uygun yöntem seçebildikleri (% 56.5), planlarında ısınma etkinliklerine yer verdikleri (% 60.9) ve ders süresi ile uyumlu etkinlik/tekrar sayısı yazdıkları (% 56.5) belirlenmiştir. Bununla birlikte güvenlik tedbirlerini belirtme (% 69.9), kazanımları belirlemede öğretim programından yararlanma (% 65.2), kullanılan yönteme uygun doküman hazırlama (% 82.6), yönteme ait öğretmen/öğrenci rollerini belirtme (% 65.2) ve yöntem çeşitliliğini sağlama (% 65.2) gibi özelliklere planlarında istenilen düzeyde yer vermedikleri belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak çalışmaya katılan öğretmenlerin günlük ders planı yapma yeterliliklerinin geliştirilmesi gerektiği söylenebilir.

EXAMINATION OF DAILY LESSON PLAN PREPARATION COMPETENCIES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS

Introduction and Aim: Quality presentation of teaching content is related to effective planning. Therefore, teachers' ability to prepare lesson plans should be determined. This study aims to examine physical education and sports teachers' skills for preparing daily lesson plans.

Method: The study uses unstructured interviews and holistic case study design and examines daily plans of 23 voluntary physical education and sports teachers working in various schools in İstanbul, Sakarya, Düzce and Kastamonu. During these interviews, participant teachers wrote daily lesson plans based on their work experiences and background knowledge. The plans were analyzed by two experts through "Physical Education and Sports Course Daily Lesson Plan Evaluation Form" developed by the researchers. The interrater consistency was calculated as .81 with Miles and Huberman formula (1994). The mean scores of two evaluators as well as the frequency and percentage values for each item were calculated.

Findings: The analysis revealed that participants included methodology (%69.9), objectives (%43.5), course name and teaching materials (%39.1) in "basic information section of lesson plans". The following findings were obtained from study: The lesson plans are clear and easy to understand (% (65.3); the plans are appropriate for duration of the course (%52.2), teachers can write suitable activities for the content (%56.5); the activities are appropriate for the level of their students (%56.5); they use warm-up activities in their lesson plans; and they can write activities suitable for duration of the lesson (%56.5). However, lesson plans were found to have some weaknesses in the following issues: security measures (%69.9); benefitting from learning program while determining the course objectives (%65.2); preparing suitable materials for the method (%82.6) teacher/student roles in the preferred methodology (%65.2); and ensuring methodology variation (%65.2).

Conslusion: In short, it might be concluded that teachers' daily lesson plan preparation skills of the participant teacher should be developed.

SB203

BASKETBOLDA TURNİKE DERECELEME ÖLÇEĞİ GÜVENİLİRLİĞİNİN GENELLENEBİLİRLİK KURAMI ILE İNCELENMESİ

[1]Ferhat ÇİFÇİ

[1]Artvin Çoruh Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ARTVİN

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilerin öğrenme yoluyla edindikleri bilgi, tutum davranışlarının yanında hareket becerilerinin de gerek süreç içerisinde gerekse süreç sonunda değerlendirilmesi gerekmektedir. Ancak ilgili literatür incelendiğinde ülkemizde beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilerin hareket becerilerini değerlendirecek sınırlı sayıda geçerli ve güvenilir ölçme aracının mevcut olduğu görülmüştür. Bu nedenle araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor derslerinde öğrencilerin basketbolda turnike beceri düzeyini belirlemek amacıyla bir dereceleme ölçeği geliştirmektir.

Yöntem: Çalışma grubunu 6, 7 ve 8. sınıfta eğitimine devam eden 36 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada verilerin analizi genellenebilirlik (G) kuramı yardımıyla EduG programında yapılmıştır. Ölçeğinin geliştirilmesinde öncelikle turnike becerisine ilişkin literatür taranmış ve ölçek maddeleri (davranışsal görevler ya da ölçütler) yazılmıştır. Yazılan bu maddelerin ölçülmek istenen beceriyi kapsayıp kapsamadığına karar vermek için "uzman görüşü" alınmış ve ölçek formu oluşturulmuştur. Çalışmada verilerin analizi 36 öğrencinin (Ö) turnike becerisine ilişkin 16 maddenin (M) 3 puanlayıcı (P) tarafından puanlanmasıyla tümüyle çaprazlanmış "ÖxMxP" deseni çerçevesinde genellenebilirlik çalışmasıyla yapılmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre dereceleme ölçeğinin G ve Phi katsayısı .98 olarak bulunmuştur. Araştırmada ölçmenin ana objesi olan öğrencilerin toplam varyansın %50.5`ini açıkladığı ve en yüksek varyans değerine sahip olduğu bulunmuştur. Madde ana etkisi için kestirilen varyans bileşeni toplam varyansın %2.5'ini, puanlayıcılara ilişkin kestirilen varyans bileşeni toplam varyansın %0'sını açıkladığı saptanmıştır. Ayrıca, çalışmada puanlayıcıların 2 olduğu durum için karar çalışması yapılmış ve G katsayısı .97, Phi katsayısı .96 olarak belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak; ölçek, öğrencilerin turnike performansları arasındaki farklılığı ortaya koymaktadır. Beceri ile ilişkilendirilen maddeler iyi tanımlanmıştır. Puanlayıcılar, öğrencilerin turnike becerisine ait maddeleri benzer şekilde puanlamaktadır. Turnike becerisine ait G kuramı ile elde edilen güvenirlik katsayıları ise yüksek düzeydedir. Yani, turnike dereceleme ölçeğinin genellenebilir, güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu ve ideal puanlayıcı sayısının 2 veya 3 olabileceği kanısına ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Turnike, Performans, Ölçek, Genellenebilirlik Kuramı.

Investigation Of Reliability Of Basketball Lay-Up Rating Scale With Generalizability Theory

Introduction and Objective: In addition to the knowledge, attitudes and behaviors that students acquire through learning in physical education and sports lessons, their movement skills should be evaluated both in the process and at the end of the process. However, when the relevant literature was examined, it was understood that there are a limited number of valid and reliable measurement tool that will evaluate the movement skills of students in

physical education and sports lessons in our country. Therefore, the aim of the research is to develop a grading scale in order to determine the lay-up skill level of students in basketball in physical education and sports lessons.

Method: The study group consists of 36 students studying in the 6th, 7th and 8th grades. The analysis of the data in the research was done with the help of generalizability (G) theory in EduG program. In the development of the scale, firstly the literature on lay-up skill was scanned and the scale items (criteria or behavioral tasks) were written. In order to decide whether these written items cover the skill to be measured, "expert opinion" was taken and a scale form was created. The analysis of the data was carried out by a generalizability study within the framework of the completely crossed "SxİxR" pattern obtained with the scoring 16 items (İ) related to the lay-up skill of 36 students (S) by 3 raters (R).

Results: According to the findings, both G and Phi coefficients of the grading scale were found to be .98. In the study, it was found that students, who are the main object of measurement, explain 50.5% of the total variance and have the highest variance value. It was determined that the variance component estimated for the item main effect explained 2.5% of the total variance, and the variance component estimated for the raters explained 0% of the total variance. In addition, a decision study was made for the case where the raters were 2, and the G coefficient was determined as .97 and the Phi coefficient as .96

Conclusion: As a result; The scale reveals the difference between students' lay-up performances. The items associated with skill are well defined. Raters score the items of the students' lay-up skill similarly. The reliability coefficients of the lay-up skill obtained with the G theory are at a high level. In other words, it is concluded that the lay-up grading scale is a generalizable, reliable and valid measurement tool and the ideal number of raters can be 2 or 3.

Keywords: Basketball, Lay-up, Performance, Scale, Generalizability Theory.

SB234

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN COVID-19 DÖNEMİ UZAKTAN EĞİTİME YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[1]YASİN KARACA

[1]Osmaniye Korkutata Üniversitesi, OSMANİYE

COVID-19 salgını tüm dünyada insanların günlük hayatını etkileyen önemli bir sağlık sorunudur. Salgının yayılmasını önlemek amacıyla alınan tedbirler başta sağlık, ekonomi ve eğitim olmak üzere birçok alanda etkili olmuştur. Salgın nedeniyle dünyanın birçok ülkesindeki okullarda eğitime ara verilmiş ve uzaktan eğitime geçilmiştir. Ani ve zorunlu olarak gerçekleşen uzaktan eğitim sürecinin öğrenciler tarafından nasıl karşılandığı araştırılması gereken konular arasındadır. Bu araştırmada, Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin COVID-19 döneminde yapılan uzaktan eğitime yönelik tutumlarının cinsiyet, sınıf, internete erişim durumu, derslere katılma durumu, derslerin takip edildiği cihaz, derslere katılma ortamı ve uzaktan eğitimi yararlı görme değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada genel tarama modeli kullanılmıştır. Veri grubunu Malatya İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi Bölümünde öğrenim gören uygun örnekleme yöntemine göre seçilmiş 98 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada E-öğrenmeye Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın veri analizi Windows® için SPSS 22.0 istatistik paket programında gerçekleştirilmiştir. Normallik dağılımı Kolmogorov-Smirnov normallik testi ile yapılmıştır. Gruplar arası farklılıklar bağımsız örneklem t-testi (Independent Samples T- Test) ile tek yönlü varyans analizi(One-way ANOVA) ve Post-Hoc LSD testleri kullanılarak belirlenmiştir. Anlamlılık $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma sonucunda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin uzaktan eğitime yönelik tutumlarının cinsiyet, düzenli internete erişim durumu, derslere katılma ortamı, dersleri dinlerken rahatsız edilme ve uzaktan eğitimi yararlı bulma değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçları öğrencilerin COVID-19 döneminde uygulanan uzaktan eğitimi faydalı bulduklarını ortaya koymuştur.

INVESTIGATION OF THE ATTITUTES DISTANCE EDUCATION OF THE FACULTY OF SPORT SCIENCE STUDENTS IN THE COVID-19 PERIOD

İn this study, it was aimed to examine the attitudes of the faculty of Sport Sciences students education in the period of COVID-19 acording to gender, class, internet Access status, lessons attendance status, the device in which the courses were followed, the evironment to attend lessons and viewing ditance education useful variables. In the research general survey was used. The data group consited of 98 volunter students who were selected according to the appropriate sampling method studying in the Department of Exercise and Sport Education for Disabled Pepole at Malatya İnönü Universty Faculty of Sport Sciences. In the research The Attitude Scale for E-learning was used. The data analysis of the research was carried out in SPSS 22.0 statictics package program for Windows. Normality distribution was done by Kolmogorov-Smirnov normality test. Differences between groups were determined using independent sample t-test (Independent Samples T-Test) and one-way analysis of variance (One-way ANOVA) and Post-Hoc LSD tests. Significance was accepted as $p <0.05$. As a result of the research, it has been observed that the attitudes of the students of the Faculty of Sport Sciences towards distance education have significant differences according to gender, regular internet Access status, environment of attending classes, discomfort while listening to lessons and finding distance education useful. The results of the research revealed that the students found the distance education applied in COVID-19 period beneficial.

SB241

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ GÜVENLERİNİN ÖFKE DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Oktay ŞAHİN*, [2]Coskun Yılmaz, [3]Oktay Şahin, [3]Selmani Abış**

[1]Gümüşhane Üniversitesi, BESYO, Gümüşhane.
[2]Gümüşhane Üniversitesi KADMYO
[3]Gümüşhane Üniversitesi BESYO

***Email :** oktay.sahin@gumushane.edu.tr, csknylmaz@windowslive.com, oktay.sahin@gumushane.edu.tr, selmani.abis@gumushane.edu.tr*

Amaç: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin özgüven ve öfke düzeylerinin çeşitli parametrelere göre karşılaştırılmasıdır. Materyal ve Metot: Araştırmamıza Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan 18-30 yaş arası 170 gönüllü öğrenci olarak katılmıştır. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 6 sorudan oluşan demografik bilgi, Akın (2007) tarafından geçerlik ve güvenirliği yapılıp geliştirilen Öz güven ölçeği (33) ve Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen Sürekli Öfke–Öfke İfade Tarz Ölçeği (34 soru) uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmamızda dış özgüven (p=0,008), öfke kontrol (p=0,013), iç öfke (p=0,027) ve dış öfke (p=0,05) alt boyutlarının okunan bölüme göre etkilendiği görülürken, iç özgüven ve sürekli öfke durumlarının bölümden etkilenmediği bulunmuştur. Cinsiyetin, özgüven ve öfke düzeylerine etkisi görülmemiştir (p>0,05). Sigara kullanımının iç özgüven (p=364) ve dış özgüvene (p=617) etkisi görülmezken, öfke düzeylerine etkisi görülmüştür (p<0,05). Düzenli uykunun iç ve dış öz güven ve öfke kontrolü üzerinde etkisi bulunmazken, sürekli öfke (p<0,001), iç öfke (p=0,037) ve dış öfke (p<0,001) üzerinde etkisi bulunmuştur. Alkol kullanımının öz güven alt boyutlarına etkisi görülmemiştir (p>0,05). Sürekli öfke- öfke ifade tarzlarında tüm alt boyutlarda etkisi bulunmuştur (p<0,05)

Sonuç: Sonuç olarak; Spor bilimleri öğrencilerinde bölümün özgüvene etkisi bulunurken, cinsiyet, sigara ve alkol kullanımı, düzenli uykunun ve spor yapmanın etkisi görülmemiştir. Cinsiyetin öfke düzeyleri üzerinde etkisi görülmezken, spor yapma, sigara ve alkol kullanımı, düzenli uyku ve okunan bölümün etkisi bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor; öfke, özgüven

THE EFFECT OF THE SELF-CONFIDENCE OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS ON THEIR ANGER

Objective: To compare the self-confidence and anger levels of sports science students according to various parameters.

Materials and Methods: 170 volunteer students between the ages of 18-30, studying at Ondokuz Mayıs University Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, participated in our study. Demographic information consisting of 6 questions developed by the researcher, the Self-confidence scale (33) developed by Akın (2007), and the Trait Anger-Anger Expression Scale (34 questions) developed by Spielberger et al. (1983) were applied to the participants. Results: In our study, it was observed that external self-confidence (p = 0.008), anger control (p =

0.013), internal anger (p = 0.027) and external anger (p = 0.05) sub-dimensions were affected according to the reading section, while internal self-confidence and trait anger were It was found that it was not affected by the department. There was no effect of gender on self-confidence and anger levels (p> 0.05). While smoking has no effect on inner self-confidence (p = 364) and external self-confidence (p = 617), it has an effect on anger levels (p <0.05). While regular sleep has no effect on internal and external self-confidence and anger control, it has an effect on trait anger (p <0.001), inner anger (p = 0.037) and external anger (p <0.001). Alcohol use had no effect on self-confidence sub-dimensions (p> 0.05). Trait anger-anger expression styles were found to be effective in all sub-dimensions (p <0.05).

Conclusion: As a result; While the department has an effect on self-confidence in sports science students, gender, smoking and alcohol use, regular sleep, and doing sports have not been observed. While gender had no effect on anger levels, sports, smoking and alcohol use, regular sleep, and the reading section were found to have an effect.

Keywords: Sport; anger, self-confidence

SB242

AMATÖR LİGDE TOP OYNAYAN FUTBOLCULARIN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

[2]Coskun Yılmaz, [1]Oktay Şahin, [1]Selmani Abış

[1]Gümüşhane Üniversitesi BESYO
[2]Gümüşhane Üniversitesi KADMYO

Email : *csknylmaz@windowslive.com, oktay.sahin@gumushane.edu.tr, selmani.abis@gumushane.edu.tr*

Amaç: Amatör ligde top oynayan futbolcuların mevkilerine göre saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi Materyal ve Metot: Araştırmamıza Samsun ve Malatya illerinde amatör olarak faal futbol hayatına devam eden 18-30 yaş arası 111 gönüllü futbolcu katılmıştır. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 4 sorudan oluşan demografik bilgi ve Kiper (1984) tarafından geliştirilen Saldırganlık Ölçeği (30 soru) uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan futbolcuların mevkilerinin genel saldırganlık (p=0,017) düzeylerini etkilerken, yıkıcı (p>0,119), atılgan(p>0,335) ve edilgen(p>0,334) saldırganlık düzeylerine etkisi görülmemiştir. Cinsiyet ve mevkilerine göre saldırganlık durumların da ise, kalecilerin saldırganlık durumlarının cinsiyetten etkilenmediği görülmüştür (p>0,05).Çalışmaya katılan savunma oyuncularında cinsiyetin atılgan (p= 0,010) ve edilgen (p=0,004) saldırganlığı etkilediği, yıkıcı ve genel saldırganlığı ise etkilemediği görülmüştür. Orta saha oyuncularının cinsiyete göre saldırganlık düzeylerini etkilemediği (p>0,05), forvet oyuncularında ise cinsiyetin yıkıcı (p=0,015) ve genel (p=0,047) saldırganlığı etkilediği görülürken, atılgan ve edilgen saldırganlığı etkilemediği görülmüştür

Sonuç: Sonuç olarak; cinsiyetin kalecilerde ve orta saha oyuncularında saldırganlığa etkisi bulunmazken, savunma oyuncularında cinsiyetin atılgan (p= 0,010) ve edilgen (p=0,004) saldırganlığı etkilediği, yıkıcı ve genel saldırganlığı ise etkilemediği görülmüştür. Forvet oyuncularında ise cinsiyetin yıkıcı (p=0,015) ve genel (p=0,047) saldırganlığı etkilediği görülürken, atılgan ve edilgen saldırganlığı etkilemediği görülmüştür

Anahtar Kelimeler: Futbol; mevkii, saldırganlık

DETERMINING THE AGGRESSION LEVELS OF FOOTBALL PLAYERS IN AMATEUR LEAGUE

Purpose: Determination of the aggression levels of the football players in the amateur league according to their positions.

Materials and Methods: 111 volunteer football players between the ages of 18-30, who continue their active football life in Samsun and Malatya provinces, participated in our research. The demographic information, consisting of 4 questions and developed by the researcher, and the Aggression Scale (30 questions) developed by Kiper (1984) were applied to the participants.

Results: While the positions of the football players participating in the study affected their general aggression (p = 0.017) levels, there was no effect on destructive (p> 0.119), assertive (p> 0.335) and passive (p> 0.334) levels of

aggression. It was observed that the aggression status of the goalkeepers was not affected by gender in terms of aggression according to their gender and position (p> 0.05). In the defensive players participating in the study, gender affected aggressive (p = 0.010) and passive (p = 0.004) aggression, but not destructive and general aggression. has been seen. Midfield players do not affect aggression levels by gender (p> 0.05), In striker players, it was seen that gender affects destructive (p = 0.015) and general (p = 0.047) aggression, but not aggressive and passive aggression.

Conclusion: As a result; While gender had no effect on aggression in goalkeepers and midfield players, it was observed that in defense players, gender affected aggression (p = 0.010) and passive (p = 0.004), but not destructive and general aggression.In the striker players, it was observed that while gender affects destructive (p = 0.015) and general (p = 0.047) aggression, it does not affect aggressive and passive aggression.

Keywords: Football; position, aggression

SB253

ELİT BADMİNTONCULARIN SPORDA SOSYAL BÜTÜNLEŞME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]MERT TUNÇ O*, [1]ANIL TÜRKELİ**

[1]ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ

Email : *merttunco24@gmail.com, anil.turkeli@erzincan.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Toplumu oluşturan bireylerin veya farklı kurumların uyum içerisinde birbirlerini destekleme ve tamamlama süreci sosyal bütünleşme olarak tanımlanmaktadır. Sosyal bütünleşme, sporda insanların sosyal sorumluluk anlayışını geliştirerek, onların sosyal hayata daha kolay uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır. Bu çalışmanın amacı, 16 yaş ve üstü elit badmintoncuların sosyal bütünleşme düzeylerinin cinsiyet, aylık gelir düzeyi, anne ve baba eğitim düzeyi, spora başlama yaşı ve ailede spor yapan birey durumuna göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma, 2019-2020 sezonunda milli takım ve süper ligde oynayan 242 elit badmintoncu (128 kadın ve 114 erkek) ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama sürecinde "Kişisel Bilgi Formu" ve Yılmaz, Karlı ve Yetim (2006) tarafından geliştirilen "Sporda Sosyal Bütünleşme Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22'den yararlanılmıştır. Verilere normallik sınaması yapılmış, normal dağılım gösteren gruplara Independent Samples T-testi ve One Way ANOVA testi uygulanmıştır.

Bulgular: Elit kadın badmintoncuların sporda sosyal bütünleşme düzeylerinde yalnızca fiziksel fayda ve psikolojik gelişim alt boyutlarında erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların aylık gelir düzeylerinin, spora başlama yaşının ve ailede spor yapan birey durumunun sosyal bütünleşme düzeylerini etkilemediği görülmüştür. Anne ve baba eğitim düzeylerinin sporda sosyal bütünleşme toplam puan ve tüm alt boyut puanlarına göre yüksek lisans derecesine sahip olma durumunun lise ve üniversite mezunlarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Kadın badmintoncuların fiziksel ve psikolojik gelişimlerinin erkeklere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca aile eğitim düzeyinin yüksek düzeyde olması sonucunda sporcuların daha sosyal bir kimliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu durum ailelerin spora fizyolojik gelişimin yanı sıra psikolojik gelişime de önem verdiği şeklinde yorumlanabilir. Sporcuların gelir düzeylerinin ve ikamet yerlerinin sosyal bütünleşmeyi etkilememesi, sporcuların maddi durumlarını gözetmeksizin daha çok bütünleşmelerini sağlayabilir.

Anahtar kelimeler: Elit, Badminton, Sosyal Bütünleşme

INVESTIGATION OF ELITE BADMINTON PLAYERS' LEVELS OF SOCIAL INTEGRATION IN SPORTS

Introduction and Purpose: The process of individuals or various institutions that form the community in order to help and complement each other in harmony is known as social integration. Social integration helps people relate more readily to social life by enhancing their sense of social responsibility in sport. The aim of this study was to analyze the level of social integration of elite badminton players aged 16 and over in terms of gender, monthly

income level, mother and father education level, age of starting sports, and the presence of an(other) person(s) doing sports within the family.

Method: Relational screening model, which is one of the quantitative research methods, was employed in this study. The study was carried out with 242 elite badminton players (128 females and 114 males) participating in the 2019-2020 season in the national team and super league. "Personal Information Form" and "Sports Social Integration Scale" developed by Yılmaz, Karlı and Yetim (2006) were used during the data collection process. SPSS 22 was utilized to analyze the data. The normality test was applied to the data, and Independent Samples T-test, one of the parametric tests, was applied to the data showing normal distribution in binary group comparisons, and One- Way ANOVA test was applied to the data with three groups and above.

Findings: It was found that the elite female badminton players had higher levels of social integration in sports than males in the sub- dimensions of physical benefit and psychological growth. It was seen that the athletes' monthly income levels, the age of starting sports and the presence of a person doing sports within the family did not affect their levels of social integration. It was found that parents with postgraduate degrees had higher scores than those of high school and university graduates in terms of overall social integration score and all sub-dimensional scores.

Conclusion: It was concluded that female badminton players' physical and psychological growth was higher than males. Furthermore, it was seen that the athletes had a more social profile because of the high level of family education. This condition can be interpreted as sports as well as psychological growth are of interest to families. The fact that athletes' income levels and places of residence did not affect social integration may contribute to further athletes' integration, regardless of their financial status.

Keywords: Elite, Badminton, Social Integration

SB257

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN ÇOCUKLARI İLE İLETİŞİMLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Neslişah Aktaş Üstün, [1]Ezgi Karaali

[1]Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hatay
[2]Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Hatay

Email : *neslisahaktas@mku.edu.tr, karaaliezgi@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada spor yapan ve yapmayan çocuğa sahip ebeveynlerin çocukları ile olan iletişimleri incelenmiştir.

Yöntem: Çalışma nicel araştırma tekniklerinden tarama araştırması olarak tasarlanmış olup toplamda 124 anne ve/veya baba gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Kahraman (2016) tarafından geliştirilen "Ebeveyn ve çocuk iletişimi ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 27 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Verilerin analizinde 95% güven aralığında bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sonuç olarak bu çalışma, anne ve babaların çocukları ile olan iletişiminde çocuğun spor yapıp yapmama durumunun bir farklılık yaratmadığını, buna rağmen ebeveynin sporcu geçmişe sahip olmasının çocuğu ile olan iletişiminde etkili olduğunu göstermiştir.

AN ANALYSIS OF PARENTS' COMMUNICATION WITH THEIR CHILDREN WHO DO SPORTS OR NOT

Introduction and Aim: Present study aimed to analyze parents' communication with their children who do sports or do not.

Material and Method: The study was designed as a cross-sectional quantitative descriptive study and 124 parents voluntarily participated in the study. To collect data "Parent and children communication scale" was used. The scale was initially developed by Kahraman in 2016. The scale has 27 items and 5 factors. In the analysis of the data independent samples t test was used in the 95% confidence level.

Results and Conclusion: In conclusion, this study showed that whether the child does sports or not, does not make a difference in the communication between the parents and their children, however, the fact that the parents have a sports background is effective in their communication with their children.

SB277

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ, ANTRENÖRLER VE SPOR YÖNETİCİLERİNİN EGZERSİZ BAĞIMLILIĞI VE SPOR OKUR-YAZARLIK FARKINDALIĞI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Meral DEMİR

[1]Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın ana amacı, Beden Eğitimi öğretmenleri, Antrenörler ve Spor Yöneticilerinin egzersiz bağımlılığı ve spor okur- yazarlık farkındalığı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Manisa'da görev yapan 103 Beden Eğitimi öğretmeni, 55 Antrenör ve 28 Spor Yöneticisi katılmıştır. Verilerin elde edilmesinde "Spor Okur-Yazarlığı Farkındalık Ölçeği" (SOFÖ), "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği" (EBÖ) ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Veriler Mann-Whitney Test, Kruskal Wallis Test, Spearman ilişki testi ve ki-kare analizleri ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Cinsiyet ve yaş değişkenleri SOFÖ ve EBÖ puanlarında fark oluşturmamıştır. EBÖ puanında; Düzenli Fiziksel Aktivite (DFA) (p=.001), takım tutma (p=.007), meslek grubu (p=.005), egzersiz bağımlılık düzeyi (p=.001) ve haftalık egzersiz tekrarı (p=.035) fark oluşturmuştur. Egzersiz bağımlılık düzeyi açısından Beden Eğitimi öğretmenleri "risk grubunda", Antrenörler ise "yüksek düzeyde bağımlı" gruplarında yoğunluk göstermiştir ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. SOFÖ ve EBÖ toplam puanlarının ilişkisi r=.189 ve SOFÖ ve EBÖ nun "Aşırı Odaklanma ve Duygu Değişimi" alt ölçeği ilişkisi r=.391 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, Düzenli Fiziksel Aktivite (DFA), takım tutma, meslek grubu, egzersiz bağımlılık düzeyi ve haftalık egzersiz tekrarı egzersiz bağımlılığı üzerinde fark oluştururken spor okur-yazarlığı farkındalığı üzerinde etki yapmamıştır. SOFÖ ve EBÖ arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Egzersiz bağımlılığını en yüksek düzeyde Antrenörlerin yaşamakta oldukları sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Bağımlılığı, Spor Okur-Yazarlığı, Farkındalık

Investigation Of Exercise Addiction And Sports Literacy Awareness Levels Of Physical Education Teachers, Trainers And Sports Managers

Introduction and purpose: The main purpose of this study is to examine the exercise addiction and sports literacy awareness levels of Physical Education Teachers, Trainers and Sports Managers in terms of various variables. Method: 103 Physical Education teachers, 55 Trainers and 28 Sports Managers working in Manisa participated in the research. "Sports Literacy Awareness Scale" (SLAS), "Exercise Addiction Scale" (EAS) and "Personal Information Form" were used to obtain the data. The data were evaluated by Mann-Whitney Test, Kruskal Wallis Test, Spearman relationship test and chi-square analysis.

Results: Gender and age variables did not make a difference in (SLAS) and (EAS) scores. In EAS score; Regular Physical Activity (RPA) (p = .001), team holding (p = .007), occupational group (p = .005), exercise dependency level (p = .001) and weekly exercise repetition (p = .035) made a difference. In terms of exercise addiction level, Physical Education teachers showed intensity in the "risk group" and the trainers in the "highly dependent" groups, and it was found to be statistically significant. The relationship between SLAS and EAS total scores was r

= .189, and the relationship between SLAS and EAS' "Excessive Focus and Emotion Change" subscale was r = .391.

Conclusion: In conclusion, while Regular Physical Activity (RPA), team holding, occupational group, exercise dependence level and weekly exercise repetition made a difference on exercise addiction, it did not affect sports literacy awareness. A low level positive relationship was found between SLAS and EAS. It is concluded that the Trainers experience the highest level of exercise addiction.

Keywords: Exercise Addiction, Sports Literacy, Awareness

SB283

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ, ANTRENÖRLER VE SPOR YÖNETİCİLERİNİN ALGILADIKLARI SPOR OKUR-YAZARLIKLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Meral DEMİR*, [1]Mümine SOYTÜRK**

[1]Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

***Email :** mrltmr@windowslive.com, soyturkmumine@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın ana amacı, Beden Eğitimi öğretmenleri, Antrenörler ve Spor Yöneticilerinin algıladıkları spor okur- yazarlıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Ayrıca araştırmada kullanılan, Sum ve ark. (2016) tarafından geliştirilen ve Ülker (2019) tarafından Türkçe' ye uyarlanan ölçeğin denek grubunda geçerlik ve güvenirlik düzeyini incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya Manisa'da görev yapan 103 Beden Eğitimi öğretmeni, 55 Antrenör ve 28 Spor Yöneticisi katılmıştır. Verilerin elde edilmesinde "Algılanan Spor Okur-Yazarlığı Ölçeği" (ASOÖ) ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Veriler Mann-Whitney Test, Kruskal Wallis Test, güvenirlik için iç tutarlılık, yapı geçerliliği için Açımlayıcı (AFA) ve Doğrulayıcı (DFA) Faktör analizleri ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Cinsiyet ve takım tutma değişkenleri ASOÖ puanlarında fark oluşturmamıştır. Düzenli fiziksel aktivite (DFA) yapanların yapmayanlardan tüm alt boyutlarda ASOÖ puanları, Antrenörlerin F1 ve F3 puanları diğer meslek gruplarına göre yüksek ve anlamlı bulunmuştur. Analizler sonucunda ölçeğin 17 madde 3 alt boyuta ayrıldığı görülmüştür. Üç faktörlü yapının açıklanan varyans oranı %61,78 olmuştur. Ölçek toplamı için iç tutarlılık değerleri .923, alt boyutlar için sırasıyla .917, .798 ve .663 olduğu görülmektedir. 1. ve 2. düzey DFA'ya göre verilerin uyum iyilikleri değerlendirildiğinde modelin uyum indekslerinin referans değerlerinin üzerinde, iyi ve kabul edilebilir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra Sum ve ark (2016) ölçeğin 9 madde ve 3 alt boyutunun geçerliği ve güvenirliğini sunmuşlardır. Onların önerdikleri maddeler doğrultusunda yapılan DFA sonucunda uyum iyilikleri $X2/df$=1,20,RMSEA=0.031, GFI=0.97,CFI=1.00 NFI=0.98,NNFI=0.99,IFI=1.00 olduğu ve tamamının iyi uyum gösterdiği görülmüştür.

Sonuç: DFA yapmanın ve Antrenör olmanın ASO puanlarının diğer katılımcılardan yüksek olmasında etkili olduğu, cinsiyet ve takım tutma değişkeninin etkisiz olduğu sonucuna varılmıştır. Ölçek, spor sektörü çalışanlarının spor okur-yazarlığı düzeylerini ölçmeye yönelik psikometrik nitelikleri sağlayan bir ölçme aracıdır. Ayrıca ölçek, Ülker (2019)'in önerdiği gibi 17 madde 2 alt boyut, Sum ve ark. (2016)'nın önerdiği gibi 9 madde 3 alt boyut aynı zamanda bu çalışmanın önerdiği 17 madde 3 alt boyut olarak da kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: Okur-Yazarlık, Algı, Geçerlik, Güvenirlik.

Examining The Perceived Sports Literacy Of Physical Education Teachers, Trainers And Sports Managers In Terms Of Various Variables

Introduction and Purpose: The main purpose of this study is to examine the perceived sports literacy of Physical Education Teachers, Trainers and Sports Managers in terms of various variables. It is also to examine the validity

and reliability level of the scale used in the study, developed by Sum et al., (2016) and adapted into Turkish by Ülker (2019).

Method: 103 physical education teachers, 55 trainers and 28 sports managers working in Manisa participated in the study. "Perceived Sports Literacy Scale" (PSLS) and "Personal Information Form" were used to obtain the data. The data were evaluated using Mann- Whitney Test, Kruskal Wallis Test, internal consistency for reliability, Exploratory (EFA) and Confirmatory (CFA) Factor analyzes for construct validity.

Results: Gender and team holding variables did not make a difference in PSLS scores. For those who do regularly physical activity (RFA) PSLS scores in all sub-dimensions, F1 and F3 scores of Trainers were found to be higher and significant compared to other occupational groups. As a result of the analysis, it was seen that the scale was divided into 17 items and 3 sub-dimensions. The explained variance rate of the three-factor structure was 61.78%. It is seen that the internal consistency values for the scale total are .923, for the sub-dimensions .917, .798 and .663, respectively. When the goodness of fit of the data is evaluated according to the 1st and 2nd level CFA, it has been determined that the fit indices of the model are above the reference values, at a good and acceptable level. In addition, Sum et al., (2016) presented the validity and reliability of 9 items and 3 sub-dimensions of the scale. As a result of the CFA performed in line with their suggested items, it was observed that the goodness of fit was $X2$ / df = 1.20, RMSEA = 0.031, GFI = 0.97, CFI = 1.00 NFI = 0.98, NNFI = 0.99, IFI = 1.00 and all of them showed good fit. Result: It was concluded that doing RFA and being a Trainer are effective in having higher PSLS scores than other participants, and gender and team holding variables are ineffective. The scale is a measurement tool that provides psychometric qualifications to measure the sports literacy levels of sports sector employees. In addition, the scale includes 17 items and 2 sub-dimensions, as suggested by Ülker (2019), Sum et al., (2016) suggests that 9 items 3 sub-dimensions can also be used as 3 sub-dimensions of 17 items suggested by this study.

Keywords: Literacy, Perception, Validity, Reliability.

SB284

6 HAFTA BOYUNCA GELENEKSEL MODEL VE BİREYSELLEŞTİRİLMİŞ ÖĞRETİM MODEL İLE IŞLENEN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSLERİNE İLİŞKİN 9. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]İnci Ece Öztürk*, [1]Gizem Özgün, [1]Selen Uğur, [1]Nimet Haşıl Korkmaz**

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA

***Email :** incieceozturk@gmail.com, gizemozgun7@outlook.com, selenugur@uludag.edu.tr, nhasil@uludag.edu.tr*

Amaç: Geleneksel beden eğitimi (BE), öğretmeni merkeze alarak sportif becerilerin kazandırıldığı bir modelken, bireyselleştirilmiş öğretim modeli (BÖM) bireysel farklılıkları kabul ederek öğrencinin öğrenme sürecini yönetmesini sağlar. BÖM'e dair derinlemesine bir anlayışın geliştirilmesi için modele yönelik öğrenci görüşlerinin araştırılması gerekmektedir. Bu çalışmanın amacı, BÖM ve geleneksel model (GM) ile işlenen BE derslerine yönelik öğrenci görüşlerini ortaya çıkarmaktır.

Yöntem: Sosyal yapılandırmacılık çatısına dayandırılan çalışma, nitel yöntemlerden çoklu durum çalışması deseniyle gerçekleştirilmiştir. Çalışma 6 hafta boyunca, 9. sınıf GM uygulanan 10 öğrenci ve BÖM uygulanan 10 öğrenciyle yürütülmüştür. Uygulamalar ve veri toplama okulda stajyer öğretmen olarak bulunan araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı BÖM'ün yapısına hakimdir ve grubu iyi tanımaktadır. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. 6 haftanın sonunda GM grubu için 4 sorudan, BÖM grubu içinse 6 sorudan oluşan form yazılı olarak doldurulmuştur. Formlar ve gözlemlere dayanarak belirlenen 6 katılımcıya yüzyüze görüşme yöntemiyle ek sorular sorulmuştur. Verilerin analizinde, durum içindeki temaları belirlemek için kodlamalar geliştirilmiş, sonrasında her iki durumun çıkarımlarına yönelik kodlar dahil edilmiştir.

Bulgular: Öğrenciler BE'yi genel olarak "eğlenceli", "aktif" algılarken; BÖM grubundaki bazı öğrencilerin "Bıkkınlık verici.", " Ağır dersler sonrası bir mola." ifadeleri dikkat çekmektedir. BÖM grubundaki tüm öğrenciler derslerin verimli geçtiğini bildirmiş, GM grubundakilerin cevaplarıysa çeşitlilik göstermiştir. İki gruptaki öğrenciler genellikle BE'nin şekillendirilmesinde ilgi alanlarının önemsenmesini önerirken, sosyallik de vurgulanmıştır. BÖM grubu BÖM'ü diğer BE dersleriyle kıyasladığında "farklı" teması ön plana çıkmıştır. Yüzyüze yapılan görüşmelerde BÖM'e dair "Kendi çabamın olması oldukça hoş hissettiriyor." gibi ifadelerin yanı sıra "Kötü." gibi ifadeler mevcuttur. "BÖM, BE sırasında uygulanmalıdır." ve "Çok gerekli değil." aralığında çeşitlilik gösteren görüşler mevcuttur. Olumlu cevaplarda bağımsızlık, bireysellik, çalışma kitabının varlığı dikkat çekerken; olumsuz cevaplarda sosyalleşememe, isteksizlik, düzensizlik vurgulanmıştır.

Sonuç: BÖM'ün farklı olması ve bireysel çabayla öğrenmeyi sağlaması bazı öğrenciler için olumluyken bazı öğrenciler için olumsuz algılanmaktadır. Öğretmenlerin BÖM uygulanacak öğrenci grubunun karakteristik yapısını iyi analiz etmesi BÖM'ün başarısını artırabilir.

Examination Of 9th Grade Students' Views On Physical Education And Sports Lessons Treated With The Traditional Model And Individualized Teaching Model For 6 Weeks

Introduction and Aim: While traditional physical education (PE) is a model in which sports skills are acquired by centering the teacher, the individualized teaching model (ITS) enables the student to manage the learning process by accepting individual differences. In order to develop an in-depth understanding of ITS, it is necessary to investigate student views towards the model. The aim of this study is to reveal students' views on PE courses taught with ITS and traditional model (TM).

Method: The study, which is based on social constructivism, was carried out with a multi-case study design from qualitative methods. The study was conducted for 6 weeks with 10-9th grade TM students and 10 students with ITS. Applications and data collection were carried out by the researcher, who was an intern teacher at the school. The researcher is well versed in the structure of the ITS and knows the group well. Semi-structured interview form was used to collect data. At the end of the 6 weeks, a form consisting of 4 questions for the TM group and 6 questions for the ITS group was filled in in writing. Additional questions were asked to 6 participants determined based on forms and observations using face-to-face interview method. In the analysis of the data, codings were developed to identify themes within the situation, then codes for the inferences of both cases were included.

Results: While students generally perceive PE as "fun" or "active"; Some students in the ITS group said, "Tired.", "A break after heavy lessons." statements draw attention. All students in the ITS group reported that the lessons were efficient, and the answers of those in the TM group varied. While the students in the two groups generally suggested paying attention to their interests in shaping PE, sociability was also emphasized.

SB290

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA TUTUMLARI İLE SİBER ZORBALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Menderes Kabadayı, [1]Soner Akgün, [2]Ali Kerim Yılmaz, [2]Özgür Bostancı

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

Email : *menderes@omu.edu.tr, akgun_soner@hotmail.com, alkrm_ylmz@hotmail.com, Bostanci@omu.edu.tr*

Giriş: Bilgi ve iletişim teknolojilerinin yaygınlaşmasıyla çocukların internete ulaşımları kolaylaşmış ve sosyal medya kullanımları aynı oranda artmıştır. Dolayısıyla çocuklar arasındaki akran zorbalığı sanal ortama taşınmış olup ders başarısızlığından intihara kadar pek çok olumsuzluğa sebebiyet veren siber zorbalık davranışı özellikle çocuklar arasında tehlikeli boyutlara ulaşmıştır.

Amaç: Çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin sosyal medya tutumları ile siber zorbalık düzeylerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmamıza 343 (70 kadın, 243 erkek) ortaokul öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin sosyal medya tutumlarını belirlemek amacıyla Otrar ve Argın (2013) tarafından geliştirilen 'Sosyal Medya Tutum Ölçeği' ve Stewart ve ark. (2014) tarafından geliştirilen, Küçük ve ark. (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan 'Siberzorbalık Ölçeği' kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Independent Samples T- Test, One Way Anova ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Bulgular: Araştırma bulguları incelendiğinde, siber zorbalıkta yaş, cinsiyet ve sosyal medya kullanım durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmezken ($p>0,05$), aktif spor yapma durumlarına göre alınan puanlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sosyal medya tutumları bakımından incelendiğinde ise yaş grupları arasında paylaşım ihtiyacı, sosyal yetkinlik ve sosyal izolasyon alt boyutlarında sosyal medya kullanım durumlarına göre ise paylaşım ihtiyacı ve sosyal izolasyon alt boyutlarında istatistiksel anlamlılıklara rastlanmıştır ($p<0,05$). Cinsiyet ve aktif spor yapma durumlarında ise herhangi bir anlamlılık tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, ortaokul öğrencilerinin yaş, cinsiyet ve sosyal medya kullanım durumlarının siber zorbalık davranışlarına anlamlı düzeyde etki etmediği görülse de ölçeklerden almış oldukları puanların yüksek olması sosyal medya ortamlarının siber zorbalığı kolaylaştıran bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu durumun çocukların internete ulaşımlarının kolaylaşması ve sosyal medya ve çevrimiçi oyun platformlarında geçirdikleri sürelerin kontrolsüzce artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Öte yandan aktif spor yapan bireylerin siber zorbalığa maruz kalma düzeyleri yapmayanlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Bu durumun oluşmasında spor yapan bireylerin yüksek popülarite sebebiyle hedef haline gelmelerinin etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, siberzorbalık, ortaokul.

EXAMINATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS' SOCIAL MEDIA ATTITUDE AND CYBER BULLYING LEVELS

Introduction: With the spread of information and communication technologies, children's access to the internet has become easier and their use of social media has increased at the same rate. Therefore, peer bullying among children has been transferred to the virtual environment, and Cyberbullying behavior, which causes many negativities from course failure to suicide, has reached dangerous levels, especially among children.

Aim: The aim of the study is to examine secondary school students' social media attitudes and cyberbullying levels. Method: 343 (70 female, 243 male) secondary school students participated in our study. The 'Social Media Attitude Scale' developed by Otrar and Argın (2013) to determine students' social media attitudes and The "Cyberbullying Scale" was used which developed by Stewart et al. (2014) and was adapted to Turkish by Küçük et al. (2017). Independent Samples T-Test, One Way Anova and Kruskal Wallis-H tests were used in the analysis of the data obtainedG. Results: When the findings of study were examined, no statistical significance was found in cyberbullying according to age, gender and social media usage ($p > 0.05$), there was a significant difference in the scores obtained according to active sports activities ($p < 0.05$). When analyzed in terms of social media attitudes, statistical significance was found in the need for sharing among age groups, in the social competence and social isolation sub-dimensions, and in the need for sharing and social isolation sub-dimensions according to their social media usage status ($p < 0.05$). No significance was found in terms of gender and active sports ($p > 0.05$).

Conclusion: As a conclusion, although it is seen that the age, gender and social media use of secondary school students do not significantly affect their cyberbullying behavior, the high scores they have obtained from the scales indicate that social media environments have an effect that facilitates cyberbullying. It is thought that this situation is caused by the ease of access of children to the internet and the uncontrolled increase in the time they spend on social media and online game platforms. On the other hand, it has been observed that individuals who do active sports have significantly higher levels of exposure to cyberbullying than those who do not. It can be said that individuals who play sports become targets due to their high popularity is effective in the occurrence of this situation.

Key words: social media, syberbullying, secondary school.

SB293

BEDEN EĞİTİMİ Ve SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Varol Tutal, [2]Mehmet Efe, [1]Yunus Üzer

[1]Siirt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı
[2]Siirt Üniversitesi BESYO

Email : *v.tutal@hotmail.com, mehmetefe18@hotmail.com, yunusüzer3@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerini, cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, üniversitenin bulunduğu şehir, sosyo ekonomik düzey, spor yapma, okumak istediği bölüm ve üniversiteyi tercih etme durumlarına göre incelemektir. Materyal ve Metod: Araştırmaya Siirt Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan 126 öğrenci katılmıştır. Deneklerin demografik bilgileri hazırlanan anket ile, yaşam doyum düzeyleri ise Erol ve Yıldırım tarafından (2016) geliştirilen ve geçerliliği ve güvenirliliği yapılmış yükseköğrenim yaşam doyumu ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde "Mann Withney U" ve "Kruskal-Wallis H" istatistiksel test teknikleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi α= 0.05 olarak değerlendirildi.

Bulgular: Çalışma bulgularına göre beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri arasında cinsiyet, yaş, sınıf, bölüm ve üniversiten bulunduğu şehir, sosyo ekonomik düzey ve spor branşıyla uğraşma değişkenleri arasında istatistiksel olarak farklılaşma olduğu görülmüştür. ($p<0.05$)

Sonuç: Sonuç olarak beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olduğunu ama bazı değişkenlerin yaşam doyumu düzeylerini etkilediği görülmüştür. Bu bağlamda sonuçlar değerlendirilmiş ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşam doyumu, , BESYO, Öğrenci

EXAMINATION OF LIFE SATISFACTION LEVELS OF STUDENTS OF THE DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN TERMS OF SOME VARIABLES

Aim: The aim of this study is to examine the life satisfaction levels of students of the department of Physical Education and Sports according to their gender, age, department, class, city where the university is located, socio economic level, sports, department they want to study and the choice of the university.

Material and Method: 126 students studying at Siirt University Department of Physical Education and Sports participated in the study. Demographic information of the subjects with the prepared survey, life satisfaction levels which is developed by Erol and Yildirim (2016) and the validity and reliability of the higher education life satisfaction scale was used. "Mann Whitney U" and "Kruskal-Wallis H" statistical test techniques were used in the analysis of the data. The level of significance was evaluated as α = 0.05.

Finding: According to the findings of the study, it was observed that there was a statistically significant difference between the life satisfaction levels of students of the department of Physical Education and Sports between the

variables of gender, age, class, department and city where the university is located, socio economic level and dealing with sports branch. ($p<0.05$)

Result: As a result, it has been observed that the life satisfaction levels of students of the department of Physical Education and Sports are high, but some variables affect the life satisfaction levels. In this context, the results were evaluated and recommendations were presented.

Keywords: Life satisfaction, Department of Physical Education and Sports, Student

SB294

PERFORMANS SPORCULARINDA SPORDA ZİHİNSEL ANTRENMAN VE ZİHİNSEL DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ (SAHA ÇALIŞMASI: JUDO ÖRNEĞİ)

[1]Şengül Demiral

[1]Trakya Üniversitesi Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi

Çalışmanın amacı, performans sporcularının sporda zihinsel antrenman ve sporda zihinsel dayanıklılık becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 15-17 yaş aralığında Cadet kategorisinde yarışan, 98 erkek, 79 kız olmak üzere 177 judo performans sporcusu katılmıştır. Çalışmada sporda zihinsel antrenman ve sporda zihinsel dayanıklılık envanteri ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin incelenmesinde, ölçek toplam ve altboyutlarının karşılaştırılmasına ilişkin Mann-Whitney, Kruskal-Wallis ve korelasyon testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular göre müsabakada dereceye giremeyen sporcuların sporda zihinsel antrenman ile sporda zihinsel dayanıklılık arasında pozitif yönlü, zayıf düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir ($r < 0,3$; $p < 0,05$). Müsabakada dereceye giren sporcular da ise sporda zihinsel antrenman ile sporda zihinsel dayanıklılık arasında pozitif yönlü, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir ($r = 0,384$, $p < 0,05$). Sonuç olarak, sporcuların sporda zihinsel antrenman becerileri ve zihinsel dayanıklılık becerilerin geliştirilmesi sportif performansı etkileyen etkili uygulamalar olarak kabul edilmektedir. Erken yaşlarda bu becerilerin kazanılması yüksek performans için ise oldukça önem arz etmektedir. Araştırma mücadele sporlarında ve farklı spor branşlarında yapılması çalışmanın sürdürebilirliğini artıracaktır. Bu nedenle bu çalışma alanda çalışan teknik adamlar ve araştırmacılara kaynak oluşturacak niteliktedir.

Anahtar kelime: Zihinsel antrenman, zihinsel dayanıklılık, beceri, judo, performans.

Investigation Of The Relationship Between Mental Training And Mental Endurance In Sports In Performance Athletes (Fieldwork: Judo Example)

The aim of the study was to determine the relationship between mental training in sports and mental endurance skills in sports of performance athletes. The study participated 177 (98 males & 79 females) judo performance athletes between the ages of 15-17 competing in the Cadet Category. In the study, mental training in sports and mental endurance inventory and personal information form were used in sports. Mann-Whitney, Kruskal-Wallis and correlation tests were used to compare the total and sub-dimensions of the scale in the analysis of the data. According to the findings, it was found that there is a positive, weak and statistically significant relationship between mental training in sports and mental endurance in sports of the athletes who could not rank in the competition ($r <0.3$; $p <0.05$). It was determined that there is a positive, moderate and statistically significant relationship between mental training in sports and mental endurance in sports for the athletes who ranked in the competition ($r = 0.384$, $p <0.05$). As a result, the development of mental training skills and mental endurance skills of athletes in sports is considered as effective practices that affect sportive performance. Acquiring these skills at an early age is very important for high performance. Conducting researchers in combat sports and different sports branches will increase the sustainability of the study. For this reason, this study is qualified to be a resource for technical men and researchers working in the field.

Key words: mental training, mental endurance, skills, judo, performance

SB299

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORDA MULTİDİSİPLİNER YAKLAŞIM: MATEMATİK DERSİ ÖRNEĞİ

***[1]Nuri Uslu*, [1]Melih Balyan**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

***Email :** nuri.uslu@hotmail.com, melih.balyan@ege.edu.tr*

GIRIŞ VE AMAÇ Dünyada bilim ve teknoloji alanlarındaki gelişmeler, yeni araştırma ve yaklaşımların gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır. Bu gelişmelerin neticesinde öğretmenlerin eğitim-öğretimde kullandıkları yöntemler, araç ve gereçler de zaman içerisinde gelişmeli ve değişmelidir. Yeni yaklaşımlardan biri olan eğitimde multidisiplinler yaklaşım bu değişimlerden birisidir. Bu çalışmada, Disiplinler arası öğretim anlayışıyla oyun formunda düzenlenen Beden eğitimi ve spor derslerinin, öğrencilerin, bazı matematik kazanımları ve beden eğitimi ile matematik dersine karşı tutumları üzerinde etkileri incelenmiştir.

YÖNTEM Araştırmanın örneklemini, İzmir ili Ferit Bahriye Ergil Ortaokulunda 5. sınıflarında okulayan öğrenciler oluşturmaktadır. Bu öğrencilerden 97 tanesi kontrol grubunu (51 kız – 69 erkek), 120 tanesi de deney grubunu (44 kız – 53 erkek) oluşturmaktadır. Katılımcılara sırasıyla "Beden eğitimi dersi tutum ölçeği" (Güçlü ve Güllü 2009), "Matematik Tutum Ölçeği" (Önal 2013) ve matematik dersi kazanım testi uygulanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel model kullanılmıştır. Tüm öğrencilere (kontrol-deney grubu) ilk olarak ön testler uygulanmıştır. Testler uygulandıktan sonra 8 hafta boyunca Beden eğitimi ve spor derslerinin ilk ders saatlerinde araştırma uygulaması gerçekleştirilmiştir. Kontrol grubundaki öğrencilere beden eğitimi müfredatına uygun olarak oyunsal formda uygulamalar yapılmıştır. Buna karşılık; deney grubundaki öğrencilere ise benzer oyunların matematik kazanımlarına yönelik özel olarak uyarlanmış oyun formları uygulanmıştır. 8 hafta sonunda tüm öğrencilere (kontrol-deney grubu) son test uygulanmıştır. BULGULAR Kontrol grubunun (t=-2.60, p0.011*) ve deney grubunun (t=-6.17, p0.000***) matematik kazanımlarında gelişme kaydedilmiştir. Buna karşın, incelenen etki büyüklükleri neticesinde deney grubundaki (etki büyüklüğü d = 0.66) matematik kazanımlarının, kontrol grubuna (etki büyüklüğü d = 0.24) göre daha yüksek seviyede olduğu saptanmıştır.

SONUÇ Araştırma sonunda, multidisipliner yaklaşım ile gerçekleştirilen beden eğitimi dersleri ve matematik derslerinin, öğrencilerin matematik kazanımlarını arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: EXAMPLE OF MATHEMATICS

INTRODUCTION AND PURPOSE Developments in the fields of science and technology in the world reveal the necessity of new research and approaches. As a result of these developments, the methods, tools and equipment used by teachers in education should also develop and change over time. The multidisciplinary approach in education, which is one of the new approaches, is one of these changes. The purpose of the present study was to determine the effects of physical education and sports lessons, which are organized with the understanding of interdisciplinary teaching, on some students' mathematics learning objectives and their attitudes towards to physical education and mathematics lessons.

METHOD The sample of the study consists of 5th grade students (n=217) from Ferit Bahriye Ergil Secondary School in İzmir. 97 of these students were the control group (51 female-69 male) and 120 were the experimental group (44 female-53male). “Attitude Towards To Physical Education Lessons Scale” (Güçlü and Güllü 2009), “Attitude Towards To Mathematics Lesson Scale” (Önal 2013) and mathematics lesson learning objectives test which is prepared by expert teachers at matematics were used in data collection. In the study, one of the quantitative research methods, the quasi-experimental model with pre-test and post-test control group was used. First pre-tests were applied to all students. After the pre-tests, the research application was carried out for 8 weeks. For the control group, contests were performed in game form according to the physical education and sport lesson curriculum. Adapted forms of similar games which are related with mathematics learning objectives were applied to the experimental group students. After the 8-week lessons period, post-tests were applied to all students. FINDINGS Improvements were achieved in mathematics learning objectives of control (t=-2.60, p0.011*) and experimental groups (t=-6.17, p0.000***). On the other hand, as a result of the effect sizes examined, it was found that the mathematics learning objectives in the experimental group (Cohens’ d = 0.66) were higher than the control group (Cohens’ d = 0.66).

RESULTS As a result, it has been concluded that physical education and sports lessons and mathematics lessons which are carried out with a multidisciplinary approach increase students' mathematics learning objectives.

SB302

ANKARA'DAKİ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDENSEL OKURYAZARLIKLARININ İNCELENMESİ

[1]Hakan TAŞ, [1]Irmak HÜRMERİÇ ALTUNSÖZ

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Ankara

Email : *thakan@metu.edu.tr, hurmeric@metu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bedensel okuryazarlılık aktif ve sağlıklı bir hayat tarzı için gerekli olan hareket yetkinliği, motivasyon, özgüven ve fiziksel aktiviteye katılımı kapsar. Bu çalışmanın amaçları, 1) altıncı ve yedinci sınıf öğrencilerinin bedensel okuryazarlıklarını belirlemek, 2) bedensel okuryazarlık alt kategorileri arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmak, ve 3) öğrencilerin bedensel okuryazarlıklarında cinsiyet ve sınıf farklılıklarını belirlemek olarak sıralanmaktadır.

Yöntem: Çalışmaya, Ankara ilinin iki farklı devlet okulunda öğrenim gören altı ve yedinci sınıf öğrencileri (N=158) katılmıştır. Öğrencilerin bedensel okuryazarlıkları, PLAYfun (fiziksel alan), PLAYself (psikolojik alan), ve PLAYinventory (davranışsal alan) veri toplama araçları ile değerlendirilmiştir. Veri analizinde, Pearson korelasyonu ve bağımsız t-test kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonuçlarına göre, öğrenciler psikolojik alandan ortalama 2,91 puan, çevresel katılımdan 2,34 puan ve öz yeterlilikten 3,20 puan aldıkları görülmektedir. Öğrenciler buz üzerinde olan aktivitelere en az düzeyde ($\bar{X}$ = 1,16, SS = 1,16) katılırken, en çok dışarda katılabildikleri aktiviteleri ($\bar{X}$ = 3,22, SS = 0,93) tercih etmektedirler. Davranışsal alan açısından, öğrencilerin en fazla katıldıkları aktiviteler yüzme, futbol, basketbol, voleybol, koşu ve bisiklet olarak belirlenmiştir. Fiziksel alan bulguları ise, öğrencilerin hareket yetkinlik puanlarının 100 üzerinden 37,96 olduğunu göstermektedir. Korelasyon sonuçlarına baktığımızda ise psikolojik alan ve davranışsal alan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r (156) = .392, r <. 05). Buna ek olarak, bağımsız t-test sonuçları bedensel okuryazarlık alanları içerisinde sınıf farklılığının olmadığını fakat, erkeklerle ($\bar{X}$= 40,63, SS = 7,42) ve kızlar ($\bar{X}$= 35,49, SS = 6,13) arasında hareket yetkinliği açısından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir t (156) = 4,76, r <.05, r2=.13.

Sonuç: Öğrencilerin bedensel okuryazarlıklarında psikolojik alan puanları yüksek, fiziksel alan puanları ise düşük olarak çıkmıştır. Bedensel okuryazarlığın öğrencilerin fiziksel aktivite alışkanlıkları, hareket yetkinlik seviyeleri ve fiziksel aktivite katılımındaki öz-yeterlilikleri üzerindeki rolünü anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

EXAMINING THE PHYSICAL LITERACY OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS FROM ANKARA

Introduction and Purpose; Physical literacy includes motor competence, motivation, self-efficacy and physical activity participation, which are essential for an active and healthy lifestyle. The purposes of this study were: 1) to determine the physical literacy of students in grade sixth and seventh; 2) to investigate whether there were any inter-relationships among sub-domains of physical literacy in secondary school students; 3) to study to identify the gender and grade differences in physical literacy of secondary school students.

Methods; The participants were sixth and seventh-grade students (N = 158) from two urban public schools in Ankara. The PLAYfun (physical domain), PLAYself (psychological domain), and PLAYinventory (behavioral domain) instruments were utilized to evaluate students' physical literacy. For the data analysis, the Pearson correlation coefficient and the independent t-test were used.

Findings; Results indicated that students had 2.91 points for psychological domain, 2.34 points for environmental participation, and 3.20 points for self-efficacy. Students participated in activities least on ice (M = 1.16, SD = 1.16), mostly in outdoors (M = 3.22, SD = 0.93). In terms of behavioral domain, students generally participated in swimming, football, bicycle, volleyball, running, and basketball. Findings of physical domain indicated that motor competence score of students was 37.96 out of 100 points. It was also found that there was a statistically significant correlation between psychological domain and behavioral domain (r (156) = .392, r <. 05). In addition, the independent t-test result indicated that there was no grade difference among students in the physical literacy domains. However, there was statistically significant difference in physical domain of boys (M = 40.63, SD = 7.42) and girls (M = 35.49, SD = 6.13);

Conclusion; In conclusion, students had high score in psychological domain and low score in physical domain of physical literacy. More research is warranted to investigate the role of physical literacy on children's physical activity habits, motor competence level and self-efficacy in physical activity participation.

SB308

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİNİN BİLİM VE SANAT MERKEZİ EĞİTİM PROGRAMINA DAHİL EDİLMESİNE İLİŞKİN ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİ

***[1]Mehmet ÇETİN*, [2]Engin DEMİR, [1]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sağlık Hizmetleri MYO, BALIKESİR

***Email :** mehmet.cetin.78@hotmail.com, e.demir@msn.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı bilim ve sanat merkezinde (BİLSEM) öğrenim gören özel yetenekli öğrencilerin beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılımları ve BİLSEM eğitim programlarına bu etkinliklerin dâhil edilmesine yönelik öğrenci görüşlerini saptamaktır.

Yöntem : Araştırma nitel araştırma yaklaşımı kapsamında durum çalışması deseni kullanılarak yapılmıştır. Durum çalışması yöntemi, nasıl ve niçin sorularını temel alarak araştırmacının kontrol edemediği bir olgu ya da olayı derinlemesine incelenmesine olanak sağlamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Katılımcılar kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. 6 kadın 14 erkek olmak üzere toplam 20 öğrenci ile görüşmeler gerçekleştirildi. Yarı yapılandırılmış görüşme formu ile veriler toplanmıştır. Veri analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmanın güvenirliği (tutarlılık) için araştırmacılar dışında iki uzmanın görüşü alınmıştır. Görüş birliği sağlanıncaya kadar kodlar ve temalar incelenmiştir.

Bulgular : Öğrenciler beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin özel yetenekli öğrencilere akademik, psiko-sosyal, sağlık ve istihdam bakımından çeşitli katkıları olduğunu belirtmişlerdir. Öğrenciler spor ve fiziksel etkinliklere ihtiyaç duyduklarını ifade etmektedir. Bunun yanı sıra öğrencilerin bu katılımlarında zaman yetersizliği, telefon ve bilgisayar kullanımı, çevresel imkânların azlığı gibi engellerin olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin BİLSEM'lerde beden eğitimi ve spor etkinliklerine yer verilmesi isteği ve BİLSEM'lerin spor, saha malzemeleri yönünden verimli hale getirilmesi istekleri yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Öğrencilerin görüşlerine göre sporun bilimle ilişkisi olduğu ve bu alanda araştırma, proje yapma istekleri tespit edilmiştir. Öğrencilerin spor yapma, hatta bu alanda uzmanlaşma istekleri olduğu görülmüştür.

Sonuç : Araştırmada BİLSEM öğrencilerinin beden eğitimi ve spor etkinliklerine yönelik ihtiyaçlarının bulunduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda BİLSEM eğitim programına bu etkinliklerinin dâhil edilmesi gerekliliği ortaya koyulmuştur. Elde edilen sonuç doğrultusunda BİLSEM eğitim programlarının beden eğitimi ve sportif etkinliklerin dâhil edilmesine yönelik farklı ihtiyaç analizi çalışmalarının yapılması önerilebilir. Ayrıca nicel araştırmalar ile geniş bir örneklemden veriler toplanarak bu durumun genel bir ihtiyaç olup olmadığı tespit edilmelidir.

Anahtar Kelimeler : Öğrenci, Spor, eğitim, beden eğitimi, bilim ve sanat merkezi,

OPINIONS OF THE STUDENT FOR THE INCLUSION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES IN THE SCIENCE AND ARTS CENTER CURRICULUM

In this study, it is aimed to determine the students' views about the participation of specially talented students studying at the science and arts center (BİLSEM) in physical education and sports activities and the inclusion of these activities in BİLSEM education programs.

The research was conducted using the case study design within the scope of qualitative research approach. Participants were determined using an easily accessible sampling method. Interviews were held with a total of 20 students, 6 women and 14 men. Data were collected with a semi-structured interview form. Content analysis was used in data analysis. For the reliability (consistency) of the study, the opinions of two experts other than the researchers were taken. Codes and themes were examined until a consensus was reached.

Students stated that physical education and sports activities have various contributions to gifted students in terms of academic, psycho- social, health and employment. Students express that they need sports and physical activities. In addition, it was determined that there are obstacles such as lack of time, telephone and computer use, and lack of environmental opportunities for students to participate in sports activities. Findings were reached in the direction of the students' desire to include physical education and sports activities in BİLSEMs and to make BİLSEMs efficient in terms of sports and field equipment. The students stated that sports have a relationship with science and their desire to do research and projects in this field. It was seen that the students wanted to do sports and specialize in the field.

As a result, it was determined that gifted students have needs for physical education and sports activities. In this direction, it has been determined that there is a need to include these activities in BİLSEM programs.

Key words: Student, sports, education, physical education, science and art centers

SB309

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN UZAKTAN EĞİTİME YÖNELİK GÖRÜŞLERİ

***[1]Mehmet ÇETİN*, [1]Sevim Handan YILMAZ, [1]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** mehmet.cetin.78@hotmail.com, handanyilmazz@hotmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç :Bu araştırmanın amacı; beden eğitimi ve spor (BES) öğretmenlerinin uzaktan eğitime yönelik görüşlerinin belirlenmesidir.

Yöntem :Nitel araştırma yaklaşımı kapsamındaki bu araştırma tarama modeline uygun olarak tasarlanmış olup keşfe yönelik olgu bilim desenindedir. Araştırma gurubu; 2020 yılı içerisinde görev yapan, 6 kadın, 6 erkek olmak üzere toplam 12 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların 6'sı lisans, 6'sı lisansüstü eğitim almış olup, 8'i ortaokul, 4'ü ise lisede görev yapmaktadır. Araştırma grubu belirlenirken ölçüt örnekleme yönteminden faydalanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Veri analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmanın güvenirliği (tutarlılık) için araştırmacılar dışında üç uzmanın görüşü alınmıştır. Görüş birliği sağlanıncaya kadar kodlar ve temalar incelenmiştir.

Bulgular :Öğretmenler BES dersinin uzaktan eğitimle yürütülmesi sürecine ilişkin olarak sorun yaşadıkları, zorlandıkları, verimsiz, öğrenciye faydasız olduğunu, uzaktan eğitim yapılamadığını ve BES dersinin değer görmediğini, alt yapının yetersiz olduğunu; bununla birlikte kişisel gelişim sağlama fırsatı bulduğunu, sürecin zamanla daha iyi olacağına yönelik inançlarını belirtmişlerdir. Öğretmenler BES dersinin uygulama ağırlıklı bir ders olması nedenli yüz yüze eğitimle verilmesi gerektiğini ifade etmektedirler. Ayrıca uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin yeterli materyale (araç, gereç, internet, bilgisayar vb) sahip olamadığını, öğrenci ile etkileşiminin zorlaştığı, öğrenciye anında dönüt verememe, öğrenci kontrol ve gözleminde sorunlar yaşandığına ilişkin bulgular elde edilmiştir. Öğretmenlerin öğrencilerinden aldıkları geri bildirimlerde uzaktan eğitim ile yürütülen BES derslerinin sıkıcı, zevksiz olduğu ve derse motive olamadıkları, yüz yüze eğitime dönme istekleri belirlenmiştir. Öğretmen görüşlerinde müfredat ve içeriğin uzaktan eğitim sürecine uygun düzenlenmesi gerektiği, kaynak çeşitliliğinin sağlanması, alt yapı ve materyal eksikliklerinin giderilmesi, kendilerine hizmet içi eğitim ve uzman desteği verilmesi yönünde istek ve önerilere ulaşılmıştır.

Sonuç :Sonuç olarak BES dersinin uzaktan eğitimle yürütülmesi sürecinin verimli olarak yürütülmediği, uzaktan eğitim ile sürecin devamı halinde altyapı, eğitim, müfredat ve içerik geliştirici çalışmaların yapılması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler :Öğretmen, beden eğitimi ve spor, uzaktan eğitim, çevrimiçi eğitim, e-öğrenme

PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS ' VIEWS ON DISTANCE EDUCATION

The purpose of this research; It is the determination of physical education and sports (PES) teachers' views on distance education.

The research is designed in accordance with this research scanning model within the scope of qualitative research approach and it is in exploratory phenomenology design. Research group; It consists of 12 participants, 6 women and 6 men, working in 2020. 6 of the participants have received undergraduate education, 6 of them have graduate education, 8 of them work in secondary school and 4 of them work in high school. While determining the research group, the criterion sampling method was used. Personal information form and semi-structured interview form were used as data collection tools in the study. Content analysis was used in data analysis. For the reliability (consistency) of the study, the opinions of three experts other than the researchers were taken. Codes and themes were examined until a consensus was reached.

The teachers in the distance education processstated that they had problems, difficulties, inefficient, useless for the students, distance education could not be given and the PES lesson was not valued, the infrastructure was insufficient; However, they stated that they had the opportunity to provide personal development and their belief that the process would get better over time. Teachers state that PES lesson should be given face-to-face because it is a practical course. In addition, in the distance education process, it was found that students did not have enough materials (tools, equipment, internet, computer, etc.), their interaction with the student became difficult, they were not able to provide immediate feedback to the student, and there were problems in student control and observation. In the feedback received by the teachers from their students, it was determined that the distance education PES lessons were boring, unappealing and not motivated to the lesson, and they wanted to return to face-to-face education. In the teachers' opinions, requests and suggestions were reached that the curriculum and content should be regulated regarding the process, ensuring resource diversity, eliminating the lack of infrastructure and material, providing them with in-service training and expert support.

As a result, it was concluded that the process of conducting the PES course with distance education was not carried out efficiently, and if the process continues with distance education, infrastructure, education, curriculum and content development studies should be carried out.

Key words: Teacher, physıcal educatıon and sports, distance education, online education, distance learning, e-learning

SB316

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÖĞRENCİLERE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ OLMAK İŞ DOYUMU ETKİLER Mİ? KARŞILAŞTIRMALI BİR ARAŞTIRMA

***[1]Kezban Gülşen Eşkil*, [2]Ekrem Levent İlhan, [3]Remzi Eşkil**

[1]Şehit Yakup Çınar Orta Okulu, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakülltesi, ANKARA
[3]Özkent Akbilek Orta Okulu, ANKARA

***Email :** kezban-gulsen@hotmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr, remzi_besyo@hotmail.com*

Bu araştırmanın amacı; özel gereksinimli ve normal gelişim gösteren öğrencilerle çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin iş doyum düzeylerinin incelenmesidir. Bu çerçevede araştırma grubu, 2019-2020 eğitim öğretim yılında resmi okullardan engelli okullarında 18, ortaokul/lisede görev yapan 179 olmak üzere, toplamda 197 beden eğitimi ve spor öğretmeninden oluşmaktadır. Araştırmanın verilerini toplamak için 6 sorudan oluşan kişisel bilgi formu ve Minnesota İş Doyum Ölçeği (MSQ)'nin 20 sorudan oluşan kısa formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kişisel değişkenlerini görebilmek için frekans ve yüzde dağılımlarına bakılmıştır. Veriler üzerinde yapılan istatistiksel analizleri belirleyebilmek amacıyla normallik testlerinden Kolmogorov-Simirnow Testi uygulanmıştır. Verilerin analiz sonuçları normal dağılım gösterdiği için parametrik testlerden ikili karşılaştırmalarda Bağımsız Örneklemler T-testi, çoklu karşılaştırmalarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler için uygulanan istatistiksel işlemler, SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) for Windows 17.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Sonuç olarak engelli okullarında görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile ortaokul/lisede çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin iş doyumu düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Bu sonucun yanı sıra cinsiyet, medeni durum, ebeveynlik, eğitim durumu, kadro durumu, okul türü, engelli yakını bulunma, engelli bireyler için eğitim alma, mesleki yıl, engelli öğrencilerle çalışma yılı ve yaş değişkenlerine göre beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin iş doyum düzeylerinde herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir. Ancak bu sonuçların genellenebilmesi için araştırmacılara daha çok sayıda beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin katıldığı çeşitli çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Özel öğrenci, Engelli Okulları, Beden Eğitimi, İş doyumu, Öğretmen

Does Being A Physical Education Teacher To Students With Special Needs Affect Job Satisfaction? A Comparative Study

The purpose of this study is to analyze the job satisfaction levels of physical education and sports teachers who work with students with special needs who display normal development. Within this framework, the study group consists of a total of 197 physical education and sports teachers who work in official school in the 2019-2020 academic year, 18 of whom work in schools for the handicapped and 179 of whom work in middle-high-schools. For the collection of data, the personal information form consistingof 6 questions and the short form of the Minnesota Jon Satisfaction Questionnaire (MSQ) consisting of 20 questions were used. In the analysis of the data, the frequency and percentage distributions were analyzed to be able to see the personal variables of the physical education and sports teachers. With the purpose of determining the statistical analyses on the data, the Kolmogorov-Smirnov Test among the normalcy tests was used. Since the analysis results of the data displayed

normal distribution, the Independent Samples T-test among the parametric tests was used in the paired comparisons and the One-way Analysis of Variance (ANOVA) test was used for the multiple comparisons. The statistical processes applied for the data obtained as a result of the study were analyzed with the SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) for Windows 17.0 software. The significance level for the statistical analyses was taken as 0.05. As a result, a significant difference was not found in the job satisfaction levels of physical education and sports teachers who work in schools for the handicapped and the physical education and sports teachers who work in middle-high-schools. In addition to this finding, a significant difference was not seen in the job satisfaction of physical education and sports teachers in terms of the gender, marital status, parenthood, educational level, cadre status, school type, having a handicapped relative, receiving education for handicapped individuals, number of years in the occupation, number of years of working with handicapped students and age variables. However, it is suggested for the researchers to carry out further various studies involving a higher number of physical education and sports teachers for these results to be generalized.

Key Words: Special Student, Schools for the Handicapper, Physical Education, Job Satisfaction, Teacher

SB325

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN VE ÖĞRETMEN ADAYLARININ EĞİTİME INANMA DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Tarık BALCI, [1]Mehmet YANIK

[1]Balıkesir Üniversitesi, BALIKESİR

Email : *baun.tarikbalci@gmail.com, mehmetyanik@balikesir.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Beden eğitimi öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının eğitime yönelik inançlarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi, bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem: Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde görev yapmakta olan beden eğitimi öğretmenleri (n=266) ile Balıkesir, Manisa Celal Bayar ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde öğrenim gören birinci (n=73) ve dördüncü sınıf (n=64) öğretmen adaylarının katılımıyla gerçekleştirilen bu çalışma, tarama modelinde yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında, araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Akın ve Yıldırım (2015) tarafından geliştirilen "Öğretmenlerin Eğitime İnanma Düzeyleri Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise aritmetik ortalama, standart sapma, Bağımsız Örneklemler T-Testi Tek Yönlü Varyans Analizi, Scheffe testi ve Pearson Korelasyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde; son sınıfta öğrenim gören beden eğitimi öğretmen adaylarının ve 1-5 yıllık mesleki deneyime sahip beden eğitimi öğretmenlerinin, 20 yıldan daha fazla deneyime sahip öğretmenlere kıyasla eğitimin belirlenen amaçlarına ulaşıldığına daha fazla inandıkları saptanmıştır ($p<0,01$). Eğitime inanma ile yaş arasında ise düşük düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre, öğretmenlerin yaş düzeyi arttıkça eğitime inanma düzeylerinde azalma olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Genel olarak, hem öğretmenlerin hem de öğretmen adaylarının eğitimin amaçlarına ulaşıldığına orta düzeyde inandıkları söylenebilir. Gelecek araştırmalarda, öğretmenlerin ve öğretmen adaylarının eğitim hakkındaki inançları üzerinde etkisi olan faktörler, nitel ve nicel çalışmalarla ortaya konulabilir. Bununla birlikte, eğitime yönelik inançlar ile örgütsel bağlılık, iş doyumu, mesleki değer algısı, mesleğe yönelik tutum, işe yabancılaşma arasındaki ilişkinin incelenmesi yine araştırmaların odak noktasını oluşturabilir.

Comparison Of Physical Education Teachers And Pre-Service Teacher' Levels Of Believe In Education

Introduction and Purpose: The purpose of this study is to comparatively examine the beliefs about the education of physical education teachers and pre-service teachers.

Method: This study, which was carried out with the participation of physical education teachers (n=266) working in various cities of Turkey and first-grade (n=73) and fourth-grade (n=64) pre-service teachers studying at Balıkesir, Manisa Celal Bayar and Muğla Sıtkı Koçman University, was conducted in a survey model. In collection data, the personal information form prepared by the researchers and the "Teachers' Levels of Believe in Education Scale (TLBES)" developed by Akın and Yıldırım (2015) were used. In the analysis of the data, arithmetic mean, standard deviation, Independent Samples T-Test One-Way Analysis of Variance, Scheffe test and Pearson Correlation analysis were used.

Results: According to the findings obtained from the study, it was determined that the fourth-grade physical education teacher candidates and physical education teachers with 1-5 years of professional experience believed more than teachers with more than 20 years of experience to achieve the goals of education. It was found that there is a low level and negatively significant relationship between beliefs about the education and age ($p < 0.05$). Accordingly, it was found that as the age level of teachers increased, their level of beliefs about education decreased.

Conclusions: In general, it can be said that the beliefs of both teachers and pre-service teachers about achieving the goals of education are moderate. In future studies, the factors affecting teachers 'and pre-service teachers' beliefs about education can be revealed through qualitative and quantitative studies. In addition, examining the relationship between beliefs about education and organizational commitment, job satisfaction, perception of professional value, attitude towards the profession, and alienation to work may be the focus of future research.

SB335

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIKLARININ SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

[1]Didem Gülçin Kaya, [1]Halime Dinç

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Afyonkarahisar

Email : *dgulcinkemec@aku.edu.tr, halimedinc@aku.edu.tr*

Teknolojinin gelişimi ile birlikte bilgi çağının vazgeçilmez bir parçası olan internet, toplumların hemen her kesiminde ulaşılabilir konumdadır. Fakat sporculardan ev hanımlarına, öğrencilerden eğitimcilere kadar popülaritesini koruyan internet kullanımının yanlış ve aşırı kullanımı bağımlılık olarak tanımlanmakta ve çeşitli problemlere sebep olmaktadır. Bu sebeplerden birinin de özellikle genç nesili ruhsal, mental ve sosyal açıdan etkileyen sosyal görünüş kaygısı olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla bu araştırmada, gelecek nesillere yön verecek olan bireylerin internet bağımlılıklarının sosyal görünüş kaygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubunu, 2019-2020 akademik yılı Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 156'sı kadın 144'ü erkek olmak üzere toplam 300 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF)" ve "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizi aşamasında tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklemler için t-testi ve tek yönlü varyans analizi testlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla çok değişkenli istatistiksel tekniklerden yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. Araştırma bulguları sonucunda, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin yaş ve sınıf değişkenine göre internet bağımlılığı düzeylerinde; yaşanılan yerleşim yeri değişkeni açısından sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Cinsiyet değişkeninin ise internet bağımlılığı ve sosyal görünüş kaygısı üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Bunun yanı sıra yapısal eşitlik modellemesi analizinde internet bağımlılığının sosyal görünüş kaygısına olan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor, internet bağımlılığı, sosyal görünüş kaygısı.

The Effect Of Internet Addiction Of Faculty Of Sports Sciences Students On Social Appearance Anxiety

Internet, which is an indispensable part of the information age with the development of technology, is an accessible location in almost every part of society. However, the incorrect and excessive use of the internet, which stay popularity from athletes to housewives, from students to educators, is defined as addiction and causes various problems. One of these causes is also thought to be social appearance anxiety, which affects especially the young generation in psychological, mentality, and social aspects. Therefore, in this research, it is aimed to examine the effect of internet addiction on the social appearance anxiety of individuals who will guide future generations. In the research, the relational scanning model, one of the quantitative research methods, was used. The research group consisted of 300 volunteer students, 156 of whom were females and 144 were males, studying at the Faculty of Sport Sciences of Afyon Kocatepe University in the 2019-2020 academic year. "Short Form of Young's Internet Addiction Test (YIAT-SF)" and "Social Appearance Anxiety Scale (SAAS)" were used as data collection tools. Descriptive statistics, t-test for independent samples, and one-way analysis of variance tests have been benefited in the analysis of data. Besides, the structural equation model, one of the multivariate

statistical techniques, was used to examine the relationship between internet addiction and social appearance anxiety. As a result of the research, the internet addiction levels of the Faculty of Sport Sciences students according to age and class variables; a meaningful difference was found in social appearance anxiety levels in terms of the experienced residential area variable. It was been observed that the gender variable didn't affect internet addiction and social appearance anxiety. Besides, in the structural equation modeling analysis, it was determined that the effect of internet addiction on social appearance anxiety has a statistically significant and positive effect.

Key Words: Physical education and sports, internet addiction, social appearance anxiety.

SB344

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ'NÜN SWOT ANALİZİ İLE İNCELENMESİ: ÖĞRENCİ GÖRÜŞLERİ

[1]Didem Gülçin KAYA*, *[1]Yücel OCAK

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, AFYONKARAHİSAR

Email : *didemkemec@gmail.com, yocak@aku.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çağın gereksinimlerinin değişimi ve gelişimi ile birlikte potansiyel güce duyulan ihtiyaç da artmaktadır. Spor bilimleri alanında temel ihtiyacın, gelecek nesilleri nitelikli ve üstün olarak yetiştirebilecek eğitimciler olduğu düşünülmektedir. Bugün birçok ülkede bu misyonu üstlenen bireylerin eğitimleri ise Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü ile mümkün olmaktadır. Dolayısıyla araştırmada, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünün SWOT analizi ile incelenmesi ve mevcut durumun değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Araştırma grubunu, 2019-2020 akademik yılı Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yoluyla seçilmiş 19'u kadın 15'i erkek toplam 34 öğrenci oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında, araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış olup elde edilen veriler betimsel analiz tekniğiyle incelenmiştir. Ayrıca verilerin değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) değerleri hesaplanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin bölümün güçlü yanlarına ilişkin görüşlerinin öğretmenlik mesleğini kutsal olarak nitelendirme, zayıf yönlerine ilişkin görüşlerinin ise uygulamalı ders sayısının yetersizliği yönünde olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra bölümün fırsatlarının iş kollarında çeşitlilik ve özel sektörde iş imkanı olarak görüldüğü, tehdit ve tehlike unsuru olarak da sakatlanma riski yaşanması durumunun değerlendirildiği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor, Görüş, Öğrenci, SWOT analizi.

EXAMINATION OF THE PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHING DEPARTMENT WITH SWOT ANALYSIS: STUDENT OPINIONS

Introduction and Purpose: With the change and development of the needs according to the age, the need for potential power increases. It is a thought that the basic need in the field of sports sciences is educators who can train future generations as qualified and superior. Today, the education of individuals who undertake this mission in many countries is possible with the Department of Physical Education and Sports Teaching. Therefore, in this research, it is aimed to examine the Physical Education and Sports Teaching department with SWOT. analysis and to evaluate the current situation.

Method: The phenomenology design, one of the qualitative research methods, was used in the research. The research group has consisted of 34 students, 19 females and 15 males, selected through criterion sampling, among purposeful sampling methods, studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching at Afyon Kocatepe University in the 2019-2020 academic year. In collecting the data, a semi-structured interview

form created by the researchers was used, and the obtained data were analyzed by descriptive analysis technique. Besides, frequency (f) and percentage (%) values were calculated in the evaluation of the data.

Findings and Result: As a result of the research, it can be said that the opinions of the students of the Department of Physical Education and Sports Teaching about the strengths of the department are in the direction of describing the teaching profession as sacred, and their opinions on the weaknesses of the insufficient number of applied courses. Besides, it can be stated that the department's opportunities are seen as diversity in business lines and job opportunities in the private sector, and the risk of injury as a threat and danger factor is evaluated.

Key Words: Physical education and sports, Opinion, Student, SWOT. analysis.

SB350

COVİD-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE UZAKTAN ÖĞRETİM BEDEN EĞİTİMİ DERSİ VİDEOLARININ İÇERİK ANALİZİ

***[1]Cevdet DURAN*, [2]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ANKARA

***Email :** cduran18@hotmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Dünya ve ülkemiz yüz binlerce kişinin ölümüne sebep olan Covid-19 pandemisi ile baş etmeye çalışmaktadır. Çin'in Vuhan Eyaleti'nde ortaya çıktıktan sonra kısa sürede tüm dünyaya yayılmış insanlarda ölümcül risk taşıması nedeniyle Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edilmiştir. Ülkemizde Covid-19 ilk vakasının tespit edilmesi, virüse bağlı ilk ölümün gerçekleşmesinin ardından okullar ve üniversitelerde bulunan yaklaşık 20 milyon öğrenci diğer ülkelerde olduğu gibi uzaktan eğitime başlamıştır. Araştırma bu dönemde hazırlanan çevrimiçi videoların beden eğitimi ve spor dersi yapısı ile öğretim programı kapsamında öğrencilere kazandırılması hedeflenen beceriler bakımından içerik analizi yapılması amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırmada temel nitel analiz yöntemi kullanılmış, veri toplama aracı olarak video içerik analizinden yararlanılmıştır. Araştırma evrenimizi EBA sisteminde bulunan video içerikleri ve sosyal medya platformu üzerinde yayınlanan uzaktan beden eğitimi dersleri oluşturmuştur. Amaçlı örneklem yöntemlerinden tipik durum örnekleme modeli kullanılarak 19 video seçilmiştir.

Bulgular ve sonuç: Ders videoları yapısal içerik analizinde; ders amacının açıklandığı, sınıf düzeyi ve yaş grubunun belirtildiği, motivasyon sağlandığı, derslere ısınma ile başlandığı, egzersiz aralarında dinlenme verildiği, ders değerlendirilmesi yapıldığı tespit edilmiştir. Öğrenme alanlarının ise hareket yetkinliği ile aktif ve sağlıklı hayat olduğu görülmüştür. Ancak incelenen videolarda bir önceki veya bir sonraki dersin içeriği hakkında herhangi bir açıklamaya rastlanılmamıştır. Derslerin süresi, şiddeti, yoğunluğu ve çeşidine bakıldığında; Ders sürelerinin 3-5, 9-12, 13,5 ve 26 dakika; Egzersiz yoğunluğunun ise düşük, orta ve yüksek şiddette olduğu görülmüştür. Öğrencilere kazandırılmak istenen beceriler ise kardiyovasküler, kas gücü, kas dayanıklılığı, esneklik, hareketlilik, koordinasyon ve ritim olarak tespit edilmiştir. Birden fazla becerinin aynı ders içinde kazandırılması için farklı egzersizler verilmiş ancak çabukluk becerisi kazandıracak bir egzersiz görülmemiştir. Sonuç olarak becerilerin yeterli olduğu ancak ders/egzersiz sürelerinin oldukça az ve hangi sıklıkla yapılacağının belirtilmediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Uzaktan eğitim, beden eğitimi, egzersiz, öğretim programı

CONTENT ANALYSIS OF DISTANCE LEARNING PHYSICAL EDUCATION COURSE VIDEOS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Introduction and purpose: The world and our country are trying to cope with the Covid-19 pandemic that caused the death of hundreds of thousands of people. After it emerged in Wuhan Province of China, it spread to the whole world in a short time and the World Health Organization declared it as a pandemic due to its fatal risk in humans. After the detection of the first case of Covid-19 in our country and the first death due to the virus,

approximately 20 million students in schools and universities started distance education as in other countries. The research was carried out in order to analyze the content of online videos prepared in this period in terms of the structure of physical education and sports lessons and the skills aimed to be acquired by students within the scope of the curriculum.

Method: The basic qualitative analysis method was used in the study, and video content analysis was used as data collection tool. The video contents in the EBA system and distance physical education lessons published on the social media platform constitutes our research universe. Among the purposeful sampling methods, 19 videos were selected using the typical case sampling model.

Findings and conclusion: In structural content analysis of course videos ; It was determined that the purpose of the lesson was explained, class level and age group were specified, motivation was provided, lessons started with warming up, rest was given between exercises, and lesson was evaluated. Learning areas, on the other hand, were observed to be movement competence and active and healthy life. However, no explanation was found about the content of the previous or next lesson in the videos examined. Looking at the duration, intensity and type of the courses; Course duration is 3-5, 9-12, 13.5 and 26 minutes; Exercise intensity was found to be low, medium and high intensity. The skills needed to be acquired by the students were determined as cardiovascular, muscle strength, muscle endurance, flexibility, mobility, coordination and rhythm. Different exercises were given to gain more than one skill in the same lesson, but no exercise that would provide quickness skills was observed. As a result, it was determined that the skills were sufficient, but the duration of the lessons / exercises was very low and not specified how often to do it.

Keywords: Distance education, physical education,exercise, cirriculum

SB364

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKİ TÜKENMİŞLİK, İŞ DOYUMU VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]İzzettin Karaaslan*, [2]Serkan Esen, [2]Tuna Uslu**

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** izzettinrone47@gmail.com, serkan.esen@fbu.edu.tr, tuna.uslu@gmail.com*

Giriş: Öğretmenler eğitimin en önemli unsurlarıdır. Gün geçtikçe bireyler hızlı değişen çevre şartları, yaşam koşulları ve değişik birçok nedenden dolayı kendini her alanda daha çok stres altında hissetmekte ve bu durum bireyi güçlüklerle ve baskılarla dolu bir yaşamla karşı karşıya getirmektedir. İlgili alan yazına göre uzun zamandır öğretmenlik yapanlarda mesleki tükenmişlik görülebilmektedir.

Amaç: Bu çalışma, mesleki tükenmişlik ile iş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla, Mardin ili Kızıltepe ilçesinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik, iş ve yaşam doyumlarını bazı demografik özellikler bakımından incelemektedir. Yöntem: Bu çalışma araştırma modeli olarak betimsel araştırma yöntemlerinden biri olan genel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışma, uygulanan envanteri doğru ve eksiksiz dolduran toplam 129 beden eğitimi öğretmeni ile yapılmıştır. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Maslach Tükenmişlik Envanteri, İş Doyum Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Veriler t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak çözümlenmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeylerinin düşük, iş doyumlarının normal ve yaşam doyumlarının yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre duygusal tükenme ile deneyim süresi dışında tükenmişlik, tükenmişlik alt boyutları ve iş doyumu ile belirlenen diğer değişkenler arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Deneyim süresi ve aktif spor yapma ile yaşam doyumu arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Tükenmişlik, tükenmişlik alt boyutları, iş doyumu ve yaşam doyumu arasındaki korelasyon testi sonuçlarına göre tükenmişlik ile iş ve yaşam doyumu arasında negatif ve anlamlı ilişki, iş doyumu ve yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı ilişki belirlenmiştir. Ayrıca iş doyumu ve yaşam doyumu ile duygusal tükenme; iş doyumu ile duyarsızlaşma ve kişisel başarısızlık arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Tükenmişliğin alt boyutlarından duygusal tükenmenin öğretmenlerin yaşam doyumunu düşürürken, iş doyumunun ise yaşam doyumu üzerinde olumlu bir katkıya sahip olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerinin tükenmişliklerini daha düşük ve iş doyumları ile yaşam doyumlarını daha yüksek bir düzeye getirebilmek için önerilerde bulunulmuştur.

RESEARCH ON OCCUPATIONAL BURNOUT, JOB SATISFACTION AND LIFE SATICFACTION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Introduction: Teachers are the most important elements of education. Day by day, individuals feel more stressed in every field due to rapidly changing environmental conditions, living conditions and many different reasons, and this situation brings the individual face to face with a life full of difficulties and pressures. Aim: This study aims to examine Professional burnout, job satisfaction and life satisfaction of physical education teachers working in

Kızıltepe district of Mardin province, in terms of some demographic features, was conducted with 129 physical education teachers who filled a questionnaire.

Method: This study was carried out by using the general survey model, which is one of the descriptive research methods. Personal Information Form, Maslach Burnout Inventory, Job Satisfaction Scale and Life Satisfaction Scale were used as data collection tools.

Findings: The data were analyzed by using the t-test and one-way analysis of variance (ANOVA). It was determined that burnout levels of physical education teachers participating in the study were low, job satisfaction levels were normal and life satisfaction levels were high. According to the findings of the study, no significant difference was found between burnout, burnout sub-dimensions and jobsatisfaction and other determined variables, except for emotional exhaustion and duration of experience. There was a significant difference between duration of experience and doing active sports and life satisfaction. According to the correlation test results between burnout, burnout sub- dimensions, job satisfaction and life satisfaction; a negative and significant relationship was found between emotional exhaustion and life satisfaction; personal failure and job satisfaction; life satisfaction and general burnout. In addition, a negative and significant relationship was found between job satisfaction and life satisfaction with emotional exhaustion and job satisfaction, depersonalization and personal failure.

Conclusion: While emotional exhaustion, one of the dimensions of burnout, reduces life satisfaction of teachers, job satisfaction has been found to have a positive effect on life satisfaction. As a result of the findings obtained in consequence of the study, some suggestions have been made in order to bring the burnout of physical education teachers to a lower level and job satisfaction and life satisfaction to a higher level.

SB368

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN ÖLÇME DEĞERLENDİRMEYE İLİŞKİN TUTUMLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Turan Başkonuş, [2]Fikret Soyer

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, Kırşehir
[2]Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir

Email : *baskonusturan@gmail.com, fikretsoyer@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Ölçme ve değerlendirme uygulamaları eğitim öğretim sürecinin önemli bölümlerinden birini oluşturmaktadır. Bu araştırmada, beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin derslerinde kullandıkları ölçme değerlendirme süreçlerine ilişkin tutumlarının betimlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada tarama yöntemi, veri toplama sürecinde "Kişisel Bilgi Formu" ve "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri İçin Ölçme Değerlendirmeye İlişkin Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma 640 beden eğitimi ve spor öğretmeni ile yürütülmüştür. Araştırma verilerinin test edilmesinde 0.05 anlam düzeyi alınmıştır. Verilerin analizinde frekans (f), yüzde (%), ağırlıklı ortalama ($\overline{X}$) ve standart sapma (SS) gibi betimsel istatistiklerle birlikte bağımsız t-testi ve ANOVA teknikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Beden eğitimi ve spor öğretmenlerin ölçme değerlendirmeye ilişkin tutumları genel olarak ($\overline{X}$=3,87) katılıyorum düzeyindedir. Alt boyutlara ilişkin tutumlar incelendiğinde kişisel ve mesleki gelişim ($\overline{X}$= 3,97), iletişim ve işbirliği ($\overline{X}$= 4,00) ve öğrenci ($\overline{X}$= 3,93) boyutlarında katılıyorum düzeyindeyken olumsuzluk ($\overline{X}$=3,15) boyutunda ise kararsızım düzeyindedir. Öğretmenlerin ölçme değerlendirmeye ilişkin tutumlarının cinsiyetlerine, görev yaptıkları okul türüne ve eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda aradaki farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur ($p>.05$). Yine öğretmenlerin hizmet yıllarına ve görev yaptıkları okulun konumuna göre ölçme değerlendirmeye ilişkin tutumlarında ANOVA sonuçlarına göre ortalamaların istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmadığı ($p>.05$) görülmektedir.

Sonuç: Öğretmenlerin ölçme değerlendirmeye ilişkin tutumları genel olarak olumlu yöndedir. Öğretmenlerin ölçme değerlendirmeye ilişkin tutumları cinsiyet, hizmet yılı, görev yaptıkları okul konumu, görev yaptığı okul türü ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır.

ANALYSIS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS' ATTITUDES TOWARDS ASSESSMENT AND EVALUATION ACCORDING TO SOME VARİABLES

Introduction and Aim: Assessment and evaluation practices constitute one of the important parts of the education and training process. This study aims to describe the attitudes of physical education and sports teachers towards the assessment and evaluation processes they use in their lessons.

Method: Scanning method was used in the research. The research data was collected with "Personal Information Form" and “Attitude Scale for Physical Education and Sports Teachers Regarding Assessment”. The research was conducted with 640 physical education and sports teachers. In testing the research data, 0.05 significance level was taken. In the analysis, independent t-test and ANOVA techniques were used with descriptive statistics such as frequency (f), percentage (%), weighted mean ($\overline{X}$) and standard deviation (SD).

Findings: Physical education and sports teachers' attitudes towards assessment and evaluation are generally (X =3.87) at the level of agree and positive. When the attitudes towards the sub-dimensions are examined, in terms of personal and professional development ($\bar{X}$=3.97), communication and cooperation ($\bar{X}$=4.00) and student ($\bar{X}$=3.93), it is at the level of 'I agree', while it is at the level of 'I am indecisive' in the dimension of ($\bar{X}$ = 3.15) negativity. As a result of the t-test for independent samples conducted to determine whether the attitudes of physical education and sports teachers towards assessment and evaluation differ significantly according to their gender, the type of school they work in and their education level, it was found that the difference was not significant ($p>.05$). According to ANOVA results, it is observed that the mean scores between groups do not differ significantly ($p>.05$) in the attitudes towards assesments and evaluation according to their years of service and the location of the school they work.

Result: The attitudes are generally positive.Teachers' attitudes towards assessment and evaluation do not differ significantly according to the variables of gender, years of service, school location, school type and education level.

SB369

ÖĞRETMEN ADAYLARININ FİZİKSEL AKTİVİTE İÇEREN OYUNLARI OYNAMAYA YÖNELİK TUTUMLARININ BETİMLENMESİ: KIRŞEHİR AHİ EVRAN ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

[1]Turan Başkonuş

[1]Milli Eğitim Bakanlığı, Kırşehir

Giriş ve Amaç: Oyunun eğitim sürecinde kullanılması öğretmenlerin oyuna ilişkin tutumuna bağlıdır. Tutumlar bireylerin davranışlarını anlamada yol gösterici yönüyle önemlidir. Bu araştırmanın amacı öğretmen adaylarının fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumlarının betimlenmesidir.

Yöntem: Araştırmada tarama yöntemi, veri toplama sürecinde "Kişisel Bilgiler Formu" ve "Oyunsallık Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans (f), yüzde (%), ağırlıklı ortalama ($\overline{X}$) ve standart sapma (SS) gibi istatistiklerle birlikte ölçek genelinde bağımsız t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), alt boyutlarda ise Mann Whitney U ve Kruskall Wallis teknikleri kullanılmıştır. Etki büyüklüğü için eta kare kullanılmıştır.

Bulgular: Öğretmen adaylarının fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumları genel olarak ($\overline{X}$=3.36) kararsızım düzeyindedir. Alt boyutlar incelendiğinde; oyun tutkusu ($\overline{X}$=2.53) katılmıyorum, risk alma ($\overline{X}$=2.93) kararsızım, sosyal uyum ($\overline{X}$=4.11), oyun isteği ($\overline{X}$=3.91) ve keyif alma ($\overline{X}$=3.50) alt boyutları ise katılıyorum düzeyindedir. Genel olarak erkeklerin ortalamaları ($\overline{X}$=3.41) kadınların ortalamalarından ($\overline{X}$=3.35) yüksektir. Cinsiyet değişkeni açısından yapılan t testi sonucunda ortalama farkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>.05$). Sınıf seviyesi değişkeni açısından yapılan tek faktörlü ANOVA sonucunda ölçek geneli gruplar arası ortalamaların istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmadığı ($F=.941$ $p>.05$) görülmektedir. Okudukları bölüm değişkeni açısından yapılan tek faktörlü ANOVA sonucunda ölçek geneli gruplar arası ortalamaların istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığı ($F=6.142$ $p<.05$) görülmektedir.

Sonuç: Öğretmen adaylarının fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumları orta düzeydedir. Öğretmen adaylarının fiziksel aktivite içeren oyunları oynamaya yönelik tutumları cinsiyet ve sınıf seviyesi değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmazken, bölüm değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Sınıf öğretmenliği ve okul öncesi öğretmenlerinin ortalamaları daha yüksek bulunmuştur.

DESCRIBING PRESERVICE TEACHERS' ATTITUDES TOWARDS PLAYING GAMES INVOLVING PHYSICAL ACTIVITY: KIRŞEHİR

Introduction and Aim: Using game in the educational process depends on the teachers' attitude towards the game. Attitudes are important in guiding understanding of individuals' behavior.This study aims to describe the attitudes of preservice teachers towards playing games involving physical activity.

Method: In the study, screening method, "Personal Information Form" and "Gameplay Scale" were used. In the analysis, descriptive statistics such as frequency (f), percentage (%), weighted mean ($\overline{X}$) and standard deviation (SD), independent t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used and Mann Whitney U and Kruskall Wallis techniques were used for sub-dimensions. Eta squared ($\eta 2$) correlation coefficient was used for the effect size.

Findings: The attitudes are generally ($\bar{X}$=3.36) at medium (indecisive) level. When sub-dimensions are examined, passion for play ($\bar{X}$=2.53) is low (disagree), risk taking ($\bar{X}$=2.93) is medium (I am indecisive), When the sub-dimensions are examined, passion for play ($\bar{X}$=2.53) is low (disagree), risk taking ($\bar{X}$=2.93) is medium (I am indecisive), sub-dimensions such as social cohesion ($\bar{X}$=4.11), willingness to play ($\bar{X}$=3.91) and enjoyment ($\bar{X}$=3.50) are at high (agree) level. Generally, the mean of men ($\bar{X}$=3.41) is higher than women's ($\bar{X}$=3.35). Independent samples made in terms of gender variable show that the mean differences between groups are not statistically significant in the t-test results ($p>.05$). As a result of the one-factor ANOVA performed in terms of the class level variable, it is observed that the mean between groups across the scale does not differ significantly ($F=.941$ $p>.05$). As a result of the single-factor ANOVA performed in terms of the department variable they were educated in, it is observed that the mean between the groups across the scale significantly differed statistically ($F=6.142$ $p<.05$).The effect size of the significant difference is medium ($\eta 2=.08$).

Result: The attitudes are at a medium level. While pre-service teachers' attitudes do not differ significantly according to variable of gender and grade level, they differ significantly according to variable of the department. Classroom teaching and preschool teachers' averages were found to be higher.

SB370

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN ALGILANAN ÇEVRİM İÇİ ÖĞRENME ENGELLERİNİN BELİRLENMESİ: YENİTİP KORONAVİRÜS (COVİD-19) PANDEMİSİ DÖNEMİ

[2]Gülten HERGÜNER, [2]Çetin YAMAN, [1]Saime ÇAĞLAK SARI, [3]M. Sibel YAMAN, [4]Ahmet DÖNMEZ, [3]Dudu Banu ÇAKAR

[1]Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi, Temel Eğitim Bölümü, Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]İstanbul Rumeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[4]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Email : *herguner@subu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Yaşanan yenitip koronavirüs (Covid-19) nedeniyle ülkemizde üniversiteler çevrimiçi öğrenme ortamına geçmiştir. Özellikle hareket tabanlı eğitimin verildiği ancak gelişen ve kendini yenileyen teknoloji ile birlikte web tabanlı eğitime ayak uyduran multidisipliner bir bilim olan spor bilimleri, çevrimiçi olanakları ile günümüz şartlarını yakından takip eden fakülteler içinde yer almaktadır. Şüphesiz bu öğrenme ortamının getirmiş olduğu yeniliklerinin yanı sıra öğrenme ortamına engel teşkil eden unsurlarda göze çarpmaktadır. Bu unsurların belirlenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda bu araştırmada Yenitip koronavirüs pandemisi (Covid-19) döneminde spor bilimleri öğrencilerinin algılanan çevrim içi öğrenme engellerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma betimsel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubunu Türkiye'de çeşitli devlet üniversitelerinde öğrenim gören 235'i kadın (Xyaş=21.28±2.78), 317'si erkek (Xyaş=22.35±3.45) olmak üzere toplam 552 spor bilimleri öğrencisi oluşturulmuştur. Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ve Muilenburg ve Berge (2005) tarafından geliştirilen Horzum ve diğerleri (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Çevrimiçi Öğrenmede Öğrenci Engelleri Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Verilere betimsel istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi ve pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma bulgularına göre; çevrimiçi öğrenme engellerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen bölüm, daha önce çevrimiçi öğrenme alma, daha sonra çevrimiçi öğrenme alma isteme, çevrimiçi öğrenme için kullanılan araç durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ($p<.05$); buna karşın lisanslı sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>.05$). Ayrıca internet kullanım süresi ile çevrimiçi öğrenme engelleri arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, çevrimiçi öğrenme engelleri, covid-19 pandemisi.

DETERMINING THE PERCEIVED ONLINE LEARNING BARRIERS OF SPORTS SCIENCE STUDENTS: THE NEW TYPE OF CORONAVIRUS (COVID-19) PANDEMIC PERIOD

Introduction and Purpose: Due to the new type of coronavirus (COVID-19), universities in our country have switched to an online learning environment. Sports sciences, which is a multidisciplinary science that keeps up with web-based education, especially in which movement- based education is given, but with developing and renewing technology, is among the faculties that closely follow today's conditions with its online facilities. Undoubtedly, in addition to the innovations brought by this learning environment, factors that pose an obstacle to the learning environment also stand out. It is considered important that these factors are determined. In this context, in this study, it is aimed to determine the perceived online learning barriers of sports science students during the period of the new type of coronavirus pandemic (COVID-19).

Method: The research was carried out using a descriptive scanning model. The research group was created to be in various state universities in Turkey with 235 women (Xage = 21:28 ± 2.78), 317 males (Xage = 22:35 ± 3.45) of the total 552 students of sports science. The data were collected using the "Personal Information Form" created by the researchers and the "Student Barriers in Online Learning Scale" developed by Muilenburg and Berge (2005) and adapted into Turkish by Horzum and others (2017). Descriptive statistics, Independent groups, t-test, One-way analysis of variance, and Pearson correlation analysis were applied to the data. Findings and

Conclusion: According to the research findings; online learning barriers differ significantly according to gender, grade level, department of education, requesting online learning before, then online learning, and the status of the tool used for online learning ($p < .05$); on the other hand, it was determined that there was no significant difference according to being a licensed athlete ($p > .05$). Besides, no significant relationship was found between internet usage time and online learning barriers

SB371

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN YENİTİP KORONAVİRÜS PANDEMİSİ (COVİD-19) DÖNEMİNDE ÇEVRİM İÇİ ÖĞRENME TUTUMLARININ ÇEVRİMİÇİ ÖĞRENME HAZIR BULUNUŞLULUKLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Gülten HERGÜNER, [2]Çetin YAMAN, [3]Saime ÇAĞLAK SARI, [4]M. Sibel YAMAN, [1]Ahmet DÖNMEZ

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi, Temel Eğitim Bölümü, Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalı
[4]İstanbul Rumeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *herguner@subu.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmada amaç; spor bilimleri öğrencilerinin yenitip koronavirüs pandemisi (covid-19) döneminde çevrimiçi öğrenme tutumlarının çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşlulukları üzerine etkisini belirlemektir. Yöntem: Araştırma ilişkisel tarama modeliyle desenlenmiştir. Araştırma grubunu Türkiye'de farklı devlet üniversitelerinde öğrenim gören, olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemiyle gönüllü olarak belirlenen 599 (271 kadın+328 erkek) spor bilimleri öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veriler; "Çevrimiçi Öğrenme Tutum Ölçeği", "Çevrimiçi Öğrenme Hazır Bulunuşluluk Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" ile çevrimiçi olarak toplanmıştır. Verilere betimsel istatistikler, pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre; spor bilimleri öğrencilerinin çevrimiçi öğrenme tutumlarının ve çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşluluklarının olumlu yönde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerinin çevrimiçi öğrenme tutumları ile çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşlulukları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Bunun yanı sıra çevrimiçi öğrenme tutumunun çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşluluk üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu saptanmıştır ($p<.05$).

Sonuç: Sonuç olarak; spor bilimleri öğrencilerinin çevrimiçi öğrenme tutumları arttıkça çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşluluklarının da artacağı tespit edilmiştir. Bu durum spor bilimleri öğrencilerinin çevrimiçi öğrenme tutumlarının çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşlulukları için önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle spor bilimleri öğrencilerinin çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşluluklarının iyi olması için onların çevrimiçi öğrenme tutumlarının yükseltilmesi gerektiği bu araştırma ile ortaya konmuştur. Yüz yüze eğitimin mümkün olmadığı pandemi ve doğal afetler döneminde çevrimiçi öğrenme ortamlarının ihtiyaca göre spor bilimlerinde kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, Çevrimiçi öğrenme tutum, Çevrimiçi öğrenme hazır bulunuşluluk, Covid-19 pandemisi.

THE EFFECT OF ONLINE LEARNING ATTITUDES OF SPORT SCIENCES STUDENTS ON THEIR LEARNING READINESS TO LEARN ONLINE DURING THE PERIOD OF THE NEW TYPE OF CORONAVIRUS PANDEMIC (COVID-19)

Purpose: The research aims to determine the effect of online learning attitudes on online learning readiness of sports sciences students during the period of new type coronavirus pandemic (Covid-19). Method: The research was figured with the correlational survey model. The research group comprised of volunteer 599 (271 female+328 male) sports sciences student at different state universities in Turkey, based on the non-probability sampling method determined appropriate sampling method. Data in the research was collected online with the "Online Learning Attitude Scale", "Online Learning Readiness Scale", "Personal Information Form". Descriptive statistics, Pearson correlation, and regression analysis were applied for data.

Findings: According to research findings, it was determined that sports sciences students' online learning attitudes and online learning readiness are positive. Besides, a moderately significant positive correlation was found between students' online learning attitudes and online learning readiness ($p<.05$). Also, online learning attitude has been found to have a significant effect on online learning readiness. ($p<.05$)

Conclusion: As a result, it was determined that as online learning attitudes of sports sciences students increase, their online learning readiness will also increase. This situation shows that the online learning attitudes of sports science students are an crucial variable for their online learning readiness. In other words, this research revealed that sports sciences students' online learning attitudes should be increased to have a good online learning readiness. It can be said that online learning environments can be used in sports sciences according to the need during the pandemic and natural disasters when face-to-face education is not possible.

Keywords: Sports sciences, Online learning attitude, Online learning readiness, Covid-19 pandemic.

SB373

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN MESLEKTE KARŞILAŞTIĞI SORUNLAR (RİZE İLİ ÖRNEĞİ)

[1]HAYRİ AYDOĞAN, [1]EMİN ÖZDEMİR, [2]SİNAN BAKIR, [1]CELAL KAL

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE
[2]Şehit Mustafa Arslan Ortaokulu, Yenimahalle, ANKARA

Email : *hayriaydogan@hotmail.com, emin.ozdemir@erdogan.edu.tr, snnbkr19@gmail.com, celal-kal@hotmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Günümüzde ülkelerin gelişmişlik seviyelerine ulaşabilmeleri, o toplumu oluşturan bireylerin mutluluğa erişmesiyle mümkündür. Bireylerin mutluluğa erişebilmeleri ise zihinsel ve fiziksel durumlarının sağlıklı ve sürekli olmasına dayalıdır. Bu sebepten devletler fiziksel aktivitenin faydalarını göz önünde bulundurarak kalkınma planlarında yer vermekte dolayısıyla da bireyleri yüksek refah seviyelerine ulaştırmayı hedeflemektedir. Devletin halkını erken yaştan itibaren fiziksel aktivite ile buluşturabileceği kurumlar ise okullardır. Fakat bu kurumlarda bireylere fiziksel aktivite alışkanlığı kazandıracak olan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin sorunlarla karşılaşması, sağlıklı ve refah seviyesi yüksek bir toplumun oluşmasına engel oluşturmaktadır. Bu anlamda bu araştırmanın amacı; Rize ilindeki Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin meslekte karşılaştıkları sorunların incelenmesidir.

YÖNTEM Araştırmanın evrenini Rize ili ve ilçelerinde 2018-2019 eğitim öğretim yılında görev yapan 193 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni oluşturmaktayken; örneklem grubunu ise; gönüllülük esasına dayalı tesadüfi örnekleme yoluyla belirlene 52 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada öncelikle alan ile ilgili literatür taraması yapılmış, Aydoğan (2006) tarafından geliştirilen 41 soruluk "Problem Tarama Ölçeği" ve 7 soruluk demografik bilgi formu kullanılmıştır. Veriler Microsoft Excel programında düzenlemiş ve lisanslı IBM SPSS 26.0 paket programında analiz edilerek yorumlanmıştır.

BULGULAR Yapılan analizler doğrultusunda katılımcıların yaşları açısından okul ve fiziki şartlarla karşılaşılan sorunlar alt boyutunda ($F(3,48)=3,268$; $p<0,05$), spor dalı açısından öğrenci ve ailesi ile karşılaşılan sorunları alt boyutunda ($t(50)=-2,066$; $p<0,05$), antrenörlük yapma durumu açısından hem okul yönetimi ile karşılaşılan sorunlar ($t(50)=-3,036$; $p<0,05$), hem de öğrenci ve ailesi ile karşılaşılan sorunlar alt boyutunda ($t(50)=-2,711$; $p<0,05$), okulun bulunduğu konuma göre ise öğrenci ve ailesi ile karşılaşılan sorunlar alt boyutunda ($t(50)=-2,358$; $p<0,05$), anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Cinsiyet, çalışma süresi, medeni durum değişkenleri açısından ise herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$).

SONUÇ Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerine yapılan bu çalışma sonucunda; öğretmenlerin sahip oldukları özellikleri açısından karşılaştığı problemlerde farklılıklar ortaya çıkmıştır. Karşılaşılan problemler yaş, spor dalı, antrenörlük yapma durumu, okulun bulunduğu konuma göre anlamlı farklılık gösterirken; diğer özelliklerde anlamlılık görülmemiştir.

THE PROBLEMS PHYSICAL EDUCATION TEACHERS ENCOUNTER IN THEIR PROFESSION (RİZE PROVINCE SAMPLE)

INTRODUCTION AND PURPOSE Today, countries can reach their level of development only if the individuals who make up that society reach happiness. The happiness of individuals depends on their mental and physical conditions being healthy and continuous. For this reason, states include the benefits of physical activity in their development plans, and therefore aim to bring individuals to high levels of welfare. The institutions where the state can bring its people together with physical activity from an early age are schools. However, encountering problems by the Physical Education and Sports Teachers who will give individuals the habit of physical activity in these institutions prevents the formation of a healthy and high welfare society. In this sense, the purpose of this research is; This is to examine the problems faced by Physical Education and Sports Teachers in Rize.

METHOD The universe of the research is composed of 193 Physical Education and Sports Teachers working in the province of Rize and its districts in the 2018-2019 academic year; The sample group is; It consists of 52 Physical Education and Sports Teachers who are determined by random sampling on a voluntary basis. In the study, firstly the literature about the field was searched, and the 41-question "Problem Screening Scale" developed by Aydoğan (2006) and a 7-question demographic information form were used. The data were prepared in Microsoft Excel and analyzed and interpreted in the licensed IBM SPSS 26.0 package program.

RESULTS According to the analysis, the problems encountered with school and physical conditions sub-dimension in terms of the age of the participants ($F(3,48)= 3,268$; $p<0,05$), in terms of sports branch, the problems encountered with students and their families sub-dimension ($t(50)= -2,066$; $p<0.05$), in terms of coaching status, both problems encountered with the school administration ($t(50)= -3.036$; $p<0.05$) and problems encountered with students and their families sub-dimension ($t(50)= -2.711$; $p<0.05$), and according to the location of the school, there were significant differences in the sub-dimension of problems with students and their families ($t(50 = - 2.358$; $p<0.05$). No significant difference was found in terms of gender, working time, and marital status variables ($p>0,05$).

CONCLUSION As a result of this study conducted with Physical Education and Sports Teachers; There were differences in the problems faced by teachers in terms of their characteristics. While the problems encountered differ according to age, sport branch, coaching status, location of the school; did not show any significant difference in terms of gender, working time, marital status.

SB377

FİTNESS SPORU İLE UĞRAŞAN SPORCULARIN ANTRENÖRLERİ İLE İLGİLİ KARİZMATİK LİDERLİK ALGILARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Ömer Faruk TUTAR

[1]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Çalışmamızın amacını Elazığ ilinde fitness sporu ile uğraşan sporcuların antrenörleri ile ilgili karizmatik liderlik algılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi oluşturmuştur. Çalışmamızın araştırma grubunu, 2020 yılında Elazığ ilinde fitness spor merkezlerinde spor yapan bireylerden rastgele seçilmiş 199 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan deneklerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu (yaş, boy, ağırlık ve cinsiyet) ve Conger ve Kanungo tarafından geliştirilen (1994) Karizmatik Liderlik Algı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Yıldırım ve Şimşek tarafından (2006) gerçekleşmiştir. Ölçek 35 soru 4'lü likert tipindedir. Ölçek toplam 10 alt boyuttan oluşmaktadır. Değişkenlerin frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmış ve çoklu gruplar değişkenlerinde Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığı için t-testi kullanılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği analizlerde ise hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır. Çalışmada hata düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, Elazığ ilinde fitness spor merkezlerinde spor yapan bireylerin; yaş, boy ve ağırlık değişkenlerine bağlı olarak, fitness sporu ile uğraşan sporcuların antrenörleri ile ilgili karizmatik liderlik algı düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Karizmatik liderlik algı alt boyut düzeyleri ile cinsiyet değişkeni incelendiğinde kişilik alt boyutu, risk alma alt boyutu ve değerlerine sahip çıkma alt boyutlarında kadınlar ile erkekler arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Çalışma bulguları doğrultusunda, Elazığ ilinde fitness sporu ile uğraşan sporcuların antrenörleri ile ilgili karizmatik liderlik algı puanlarının 10,005 ortalama ile karizmatik liderlik algı düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Spor, Fitness, Karizmatik Liderlik, Algı

THE EVALUATION OF THE PERCEPTIONS OF CHARISMATIC LEADERSHIP RELATED TO THE COACH OF THE ATHLETES WHO ENGAGED WITH FITNESS SPORT

The purpose of our study was to examine the perceptions of charismatic leadership related to the coaches of athletes engaged in fitness sports in Elazığ province according to some variables. The research group of our study consists of 199 athletes randomly selected from individuals who workout in fitness sports centers in Elazığ province in 2020. The Personal Information Form (age, height, weight and gender) and the Charismatic Leadership Perception Scale developed by Conger and Kanungo (1994) were used to determine the demographic information of the subjects participating in the research. The adaptation of the scale to Turkish was carried out by Yildirim and Simsek (2006). The scale is 4-points Likert type with 35 questions. The scale consists of a total of 10 sub-dimensions. Frequency (f) and percentage (%) of variables Duplex variance Analysis (ANOVA) is used in multiple groups variables, t-testing for the significance of the difference between the two independent groups. Tukey test was used to determine which groups were among the analyses where significant difference was detected. The error level in the study was taken as $p<0.05$. According to the study's findings, individuals who workout in fitness sports centers in Elazığ province; Depending on age, height, and weight variables, it has been found that there is no statistically significant difference in terms of charismatic leadership perception levels related to the coaches of athletes engaged in fitness sport. It was found that the difference

between men and women in the sub- dimensions of personality sub-dimension, risk-taking sub-dimension, and values was statistically significant when the charismatic leadership perception sub-dimension levels and gender variables were examined. According to the study findings, charismatic leadership perception scores about the coaches of athletes engaged in fitness sports in Elazığ province have a high level of perception of charismatic leadership with an average of 10,005.

SB379

ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK TUTUM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Mustafa Kızılkoca

[1]Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, TUNCELİ

Çalışmamızın amacını 2019-2020 yılında Elazığ il merkezinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi oluşturmuştur. Çalışmamızın araştırma grubunu, Elazığ il merkezinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı 14 ortaöğretim kurumundan rastgele seçilmiş 438 ortaöğretim öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan deneklerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu (sınıf, cinsiyet ve okul takımında oynama durumu) ve Güllü ve Güçlü (2009) tarafından geliştirilmiş Ortaöğretim Öğrencileri İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 35 madde ve likert tipi 5'li dereceleme türündedir. Ölçekte alınacak en düşük puan 35 ve en yüksek puan 175'tir. Değişkenlerin frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmış ve çoklu gruplar değişkenlerinde Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığı için t-testi kullanılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği analizlerde ise hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır. Çalışmada hata düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, Elazığ il merkezinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin; sınıf ve okul takımında oynama durumu değişkenlerine bağlı olarak, ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitim dersine yönelik tutum düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Beden eğitimi dersine tutum düzeyleri ile cinsiyet değişkeni incelendiğinde erkek öğrenciler ile kadın öğrenciler arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Çalışma bulguları doğrultusunda, Elazığ il merkezinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum düzeyi puanlarının 90,71 ortalama ile beden eğitimi dersine tutum düzeylerinin ortalamanın üzerinde yüksek olduğu gözlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Spor, Beden Eğitimi, Tutum, Ortaöğretim

EXAMINATION OF ATTITUDES LEVEL TOWARDS PHYSICAL EDUCATION COURSE OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

The purpose of our study was to examine the attitudes levels for physical education course for secondary school students studying in Elazığ province center in 2019-2020 in terms of some variables. The research group of our study consists of 438 secondary school students randomly selected from 14 secondary schools affiliated with the Ministry of National Education in Elazığ province center. In order to determine the demographic information of the subjects participating in the study, a personal information form (class, gender, and playing in the school team) and the Physical Education Course Attitude Scale for Secondary Education Students (that developed by Güllü and Güçlü, 2009) were used. The scale is 35-items and Likert-type 5-point scale. The lowest score on the scale is 35 and the highest score is 175. Frequency (f) and percentage (%) of variables Duplex variance Analysis (ANOVA) is used in multiple groups variables, t-testing for the significance of the difference between the two independent groups. Tukey test was used to determine which groups were among the analyses where significant difference was detected. The error level in the study was taken as $p<0.05$. According to the study's findings, secondary school students studying in elazig province center; Depending on the changes in the state of play in the classroom and school team, it was determined that there was no statistically significant difference in the level of attitude towards the physical education course of secondary school students. It was determined that there was

a statistically significant difference between male students and female students when the levels of attitude and gender variability were examined in the physical education course. It was observed that the attitude level scores for the physical education course of secondary school students studying in Elazığ province center were higher than average with an average of 90.71 according to the study findings.

Keywords: Sports, Physical Education, Attitude, Secondary Education

SB384

ZİHİN HARİTASI TEKNİĞİ İLE IŞLENEN VOLEYBOL DERSİNİN ORTAOKUL 6. SINIF ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE BİLİŞSEL VE PSİKOMOTOR BECERİ GELİŞİMİNE ETKİSİ

***[1]Ceren Nur TEMİZ*, [2]Ahmet Haktan SİVRİKAYA**

[1]Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü , BALIKESİR
[2]Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Fakültesi, BALIKESİR

***Email :** cerennurtemiz@hotmail.com, haktan35@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Zihin Haritası doğal düşünme sürecini desteklerken aynı zaman da tüm kortikal becerilerin kelime, imge, sayı, mantık, ritim, renk ve uzamsal farkındalık kullanıldığı, benzersiz, güçlü bir tekniktir. Bu araştırmanın amacı, Zihin Haritası Tekniği ile işlenen beden eğitimi dersinin voleybol ünitesindeki başarısını incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın modelini deney ve kontrol gruplu ön test-son test modeli oluşturmaktadır. Araştırmanın evrenini ve örneklemini 2019–2020 eğitim ve öğretim yılında bir ortaokul da öğrenim gören 6. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma, 33 deney 33 kontrol grubu olmak üzere toplamda 66 öğrenci ile tamamlanmıştır. Deney ve kontrol gruplarına voleybol ünitesine başlamadan önce öğretilecek konulara ilişkin bilişsel ve psikomotor düzeylerini ölçmek amacıyla ön-test uygulaması yapılmıştır. Deney gruplarına haftada 40 dakikalık dersler şeklinde 9 hafta boyunca Zihin Haritası Tekniği ile ders işlenmiştir. Aynı süre içinde kontrol gruplarına ise süre gelen geleneksel öğretim yöntemiyle ders işlenmiştir. 9 haftanın bitiminde deney ve kontrol grubunun bilişsel ve psikomotor düzeylerini ölçmek amacıyla testler tekrar uygulanmıştır. Verilerin toplanmasında Voleybol Bilgi Testi ile Psikomotor Gözlem Formu kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; Bağımsız ve Bağımlı Örneklemler T Testi, Mann-Whitney U Testi, Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. İstatistiksel testlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Bulgular: Araştırma'nın ön test sonuçlarında; Deney ve Kontrol Grubunda yer alan öğrencilerinin parmak ve manşet pas düzeylerinin aynı olduğu; bilişsel alan ve alttan önden servis düzeylerinin deney grubunun lehine olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın son test sonuçlarında; bilişsel alan ile parmak pas ve manşet pas becerinin deney grubu lehine anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç: Zihin Haritası Tekniği ile işlenen deney grubu ve geleneksel beden eğitimi ile işlenen kontrol grubu bilişsel ve psikomotor alan düzeyleri karşılaştırıldığında, bilişsel ve psikomotor alanda deney grubu lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur.

The Effect Of Volleyball Subject Taught With Mind Mapping Technique Upon Cognitive And Psychomotor Skill Development Of 6th Grade Students

Introduction and Aim: Mind map is a unique and powerful techique in which all cortical skills are used including words, images, numbers logic, rhythm, color and spatial awareness while supporting the natural thinking process. The study aimed at the achievement of physical education taught with mind mapping technique in volleyball subject.

Method: The study model included an experimental group and a control group with pre-test and post-test model. The study population and sample were consisted of 6th grade students who studied at a secondary school during

2019–2020 academic year. The study was completed with a total of 66 students -33 students allocated to the experimental group and 33 students to the control group. A pre-test was administered to the experimental and the control groups in order to explore students' cognitive and psycho-motor skill levels of the relevant subjects before teaching volleyball subject. The experimental group was trained using mind mapping technique with 40 minute-courses a week for nine weeks. In the meantime, the control group was trained using conventional teaching methods. At the end of 9 week period, tests were again administered to the experimental and the control groups in order to find students' cognitive and psycho-motor skill levels. To collect data, Volleyball Skill Test and Psychomotor Observation Form were used. To assess the data; Independent and Dependent Sample T Test, Mann-Whitney U Test and Wilcoxon Signed Ranks Test were employed. Results were considered significant at 0.05.

Result: The pre-test results showed that overhead pass and bump pass levels of the experimental and the control group students were the same while cognitive domain and underhand serve levels were better in the experimental group. The post-tests results showed that levels of cognitive domain and overhead pass and bump pass were higher on behalf of the experimental group ($p<0.05$).

Conclusion: When cognitive and psycho-motor levels of the experimental group taught with Mind Mapping Technique and the control group taught with conventional physical education were compared; there was a statistically significant difference on behalf of the experimental group in cognitive and psycho-motor domains.

Key Words: Physical education, traditional teaching techniques, sport, mind map, 6th grade student

SB391

SPOR YAPMANIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İMGELEME VE SÜREKLİ KAYGILARINA ETKİSİ

[2]Coskun Yılmaz, [3]Selmani ABIŞ, [1]Mehmet ABIŞ

[1]Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[2]Gümüşhane Üniversitesi KADMYO
[3]Gümüşhane Üniversitesi BESYO

Email : *csknylmaz@windowslive.com, selmani.abis@gumushane.edu.tr, mehmetabis@hotmail.com*

Amaç: Spor yapmanın üniversite öğrencilerinde imgeleme ve sürekli kaygılarına etkisi Materyal ve Metot: Spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin imgeleme ve sürekli kaygı ilişkisinin incelendiği bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini; OMÜ oluştururken örneklem grubunu ise 2019-2020 eğitim öğretim döneminde faal 371öğrenci katılmıştır. Katılımcılara araştırmacılar tarafında geliştirilen kişisel bilgi formu (6), Hall, Mack, Paivio, ve Hausenblas (1998) tarafından geliştirilen Sporda İmgeleme Envanteri (21) ve Spielberger, Goursuch, ve Lushene (1970) tarafından geliştirilen Sürekli Kaygı Ölçeği (20) uygulanmıştır. Bulgular: Cinsiyetin imgeleme alt boyutlarını ($p<0,05$) ve sürekli kaygı durumunu ($p=0,007$) etkilediği görülmüştür. Spor yapmanın imgelemeye etkisi görülmezken ($p>0,05$), sürekli kaygı durumunu etkilediği ($p=0,003$) görülmüştür. Alkol kullanımının imgeleme ve sürekli kaygı durumlarına etkisi görülmemiştir ($p>0,05$). Sigara kullanımının imgeleme düzeylerinde genel motivasyonu ($p=0,05$) etkilerken diğer imgeleme durumlarını ve sürekli kaygı durumunu etkilememiştir ($p>0,05$). Yaş ile imgeleme düzeylerinde bilişsel ($p=0,004$) ve motivasyonel özel ($p=0,008$) alt boyutuna etki ederken, motivasyon genel ve ustalık alt boyutlarına etkisi bulunmamıştır ($p>0,05$). Yaşın sürekli kaygı düzeylerine etkisi görülmüştür ($p=0,04$). Sonuç: Cinsiyet ve yaşın imgeleme ve sürekli kaygıyı etkilediği bulunmuştur. Alkol ve sigara kullanımının ise etkilemediği bulunmuştur. Spor yapmanın imgelemeye etkisi bulunmazken, sürekli kaygıyı etkilediği bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Spor; imgeleme, sürekli kaygı

THE EFFECT OF CONDUCTING SPORTS ON IMAGERY AND CONTINUOUS CONCERNS OF UNIVERSITY STUDENTS

Purpose: The effect of doing sports on imagination and trait anxiety in university students Materials and Methods: The relational scanning model was used in this study, which examined the imagery and trait anxiety relationship of university students who do sports and those who do not. The universe of the research; While creating OMU, 371 active students participated in the sample group in the 2019-2020 academic year. The participants were administered a personal information form (6) developed by the researchers, the imagery Inventory developed by Hall, Mack, Paivio, and Hausenblas (1998), and the Trait Anxiety Scale (20) developed by Spielberger, Goursuch, and Lushene (1970).

Results: Gender was found to affect the imagery sub-dimensions ($p <0.05$) and trait anxiety ($p = 0.007$). While doing sports had no effect on imagery ($p> 0.05$), it was observed that it affected trait anxiety ($p = 0.003$). Alcohol use had no effect on imagery and trait anxiety ($p> 0.05$). While smoking affected the general motivation ($p = 0.05$) in the imagination levels, it did not affect the other imagery states and trait anxiety ($p> 0.05$). While it affected the cognitive ($p = 0.004$) and motivational specific ($p = 0.008$) sub-dimensions at imagination levels with age, it did

not affect the general motivation and mastery sub-dimensions ($p > 0.05$). Age had an effect on trait anxiety levels ($p = 0.04$).

Conclusion: It has been found that gender and age affect imagery and trait anxiety. It has found that alcohol and cigarette use did not affect it. While doing sports has no effect on imagery, it has been found that it affects trait anxiety.

Keywords: Sport; imagery, constant anxiety

SB392

SPOR YAPMANIN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNE ETKİSİ

[2]Selmani ABIŞ, [1]Mehmet ABIŞ, [3]Coşkun YILMAZ

[1]Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Esntitüsü
[2]Gümüşhane Üniversitesi, BESYO, Gümüşhane.
[3]Gümüşhane Üniversitesi KADMYO

Email : *selmani.abis@gumushane.edu.tr, mehmetabis@hotmail.com, csknylmaz@windowslive.com*

Amaç: Spor yapmanın lise düzeyindeki öğrencilerde çeşitli etkenlere göre öz güven düzeylerine etkisinin incelenmesidir.

Materyal ve Metot: Araştırmamıza Malatya il merkezinde bulunan lise düzeyinde okuyan 295 gönüllü öğrenci olarak katılmıştır. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 6 sorudan oluşan demografik bilgi, Akın (2007) tarafından geliştirilen özgüven ölçeği uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan katılımcıların spor yapma durumlarının öz güven düzeylerinde İç özgüven (p=0,030) ve dış özgüven (p<0,001) etkilediği görülmüştür. Aile yapısının özgüven düzeylerinde iç özgüven(p<0,001) ve dış özgüven (p<0,001) alt boyutlarını etkilediği görülmüştür. Çalışmaya katılan bireylerde spor yapmanın aile yapısına göre öz güven düzeylerini etkilediği görülmüştür (p<0,001). Spor yapma durumunun sınıf düzeyine göre öz güven düzeylerini etkilemediği bulunmuştur (p>0,05). Spor yapma durumuna göre cinsiyetin özgüven düzeylerini etkilemediği görülmüştür (p>0,05).

Sonuç: Spor yapmanın ve aile yapısının özgüven düzeylerini etkilediği bulunmuştur. Spor yapmanın cinsiyet ve sınıf düzeyinin öz güven düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Çalışmaya öneri olarak; lise ve dengi okullarda spor içerikli derslerin artırılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Spor; lise öğrencileri, özgüven

THE EFFECT OF SPORTS ON THE LEVELS OF SELF-CONFIDENCE IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Purpose: To examine the effect of doing sports on high school students' self-confidence levels according to various factors.

Materials and Methods: 295 volunteer students studying at the high school level in Malatya city center participated in our study. Demographic information consisting of 6 questions developed by the researcher and the self-confidence scale developed by Akın (2007) has applied to the participants.

Results: It has been observed that the exercise status of the participants in the study affected their self-confidence levels (p = 0.030) and external self-confidence (p <0.001). It has been observed that family structure affected the self-confidence sub-dimensions of internal self- confidence (p <0.001) and external self-confidence (p <0.001). It has been observed that exercising in the individuals participating in the study affected their self-confidence levels according to family structure (p <0.001). It has been found that doing sports does not affect

self- confidence levels according to class level (p> 0.05). It has been observed that gender has not to affect self-confidence levels according to the state of doing sports (p> 0.05).

Conclusion: It was found that doing sports and family structure affects self-confidence levels. It was found that gender and class level of doing sports do not affect self-confidence levels. As a suggestion for the study; It is recommended to increase the number of sports lessons in high schools and equivalent schools.

Keywords: Sport; high school students, self-confidence

SB409

KÜÇÜKLERİN OYUNUNDA CENTİLMENLİĞİN YAPILANDIRILMASI (KOCY) UYGULAMASININ ÖĞRENCİLERİN SPORTMENLİK DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

[1]Yakup Koç, [2]Ahmet Alper Tunga Karabudak

[1]Erzincan BY Üniversitesi, ERZİNCAN
[2]MEB, ERZİNCAN

Email : *yakupkoc@erzincan.edu.tr, alperkarabudak@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Küçüklerin oyununda centilmenliğin yapılandırılması uygulaması (KOCY) öğrencilerin beden eğitimi ve spor derslerinde sportmenlik davranışlarını özümseyerek bu davranışları hayat boyu uygulamalarını amaçlaya yönelik bir uygulamadır. Araştırmanın amacı 6. sınıf öğrencilerinde "Küçüklerin Oyununda Centilmenliğin Yapılandırılması (KOCY)" uygulamasının öğrencilerin sportmenlik davranışlarına etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmamız, karma yöntem araştırma desenlerinden açıklayıcı modelde planlanmıştır. Nicel verilerin analizinde deneysel modellerden iki gruplu ön test-son test modeli kullanılırken nitel verilerin analizinde betimsel analiz tekniği uygulandı. Araştırma, 2016- 17 Eğitim yılı bahar yarıyılında Erzincan İl merkezinde iki farklı ortaokuldan ikişer sınıfta 6. sınıfta öğrenim gören (32 kız, 40 erkek) 72 gönüllü öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilere "Beden eğitimi dersi sportmenlik davranış ölçeği", görüşme formu, gözlem formu, KOCY programı uygulandı. Verilerin değerlendirilmesinde Excel ve SPSS 22 programları kullanıldı. Veri setinin yapılan çarpıklık basıklık testleriyle normal dağıldığı tespit edildi. Bu nedenle Nicel verilerin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; bağımlı ve bağımsız örneklem t-testleri kullanılmıştır.

Sonuçlar: $p < 0.05$ anlamlılık düzeyine göre değerlendirildi. Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre; KOCY eğitim programı alan deney grubu kız ve erkek öğrencilerinin son-testteki TS ve PDS sportmenlik puanlarında ön-teste göre anlamlı seviyede artış görülürken, NDK sportmenlik puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir. Ayrıca deney grubundan elde edilen gözlem ve görüşme bulgularına göre öğrencilerin sportmenliğe yönelik davranışlarında ve bilişsel düzeylerinde belirgin olumlu gelişme kaydedilmiştir. Kontrol grubu kız ve erkek öğrencilerinin son-testteki sportmenlik puanlarında ön-teste göre anlamlı seviyede anlamlı farklılık görülmemiştir. Ayrıca kontrol grubundan elde edilen gözlem ve görüşme bulgularına göre öğrencilerin davranışlarında ve bilişsel düzeylerinde bir değişim görülmemiştir. Sonuç olarak KOCY programının öğrencilerin sportmenlik davranışlarına katkı sağladığı tespit edilmiştir.

THE EFFECT OF PRACTICE OF "CONSTRUCTING SPORTSMANSHIP IN JUNIORS' GAMES" (CSJG) ON STUDENTS' SPORTSMANSHIP BEHAVIORS

Introduction and Aim: Constructing Sportsmanship in Juniors' Games (CSJG) is a practice that aims to gain sportsmanship behaviors to students at physical education and sports courses. It is also the goal of the practice to make students act in sportsmanship manners. The aim of the search is to analyze the effect of the practice of CSJG on students' sportsmanship behaviors.

Method: Our search has been planned as explanatory model which is a pattern of mixed method case study. Pretest-posttest design which is one of the experimental models has been used at analyzing quantitative data.

Descriptive analysis has been used at analyzing qualitative data. This study has been done with 72 (32 girls, 40 boys) volunteer 6th grade students of two different secondary schools in central Erzincan in spring in the 2016-2017 education year. "Physical education and sports course sportsmanship behaviour scale", interview form, observation form and the practice of CSJG have been applied to the students. In the analysis of the data, Excel and SPSS 22 programs were consulted. It has been seen that data set has been distributed normally with the help of skewness and kurtosis tests. Therefore, statistical methods such as frequency, arithmetic mean, standard deviation, independent and Dependent sample t-tests have been used at evaluating quantitative data. Results were evaluated according to $p<0.05$ significance level.

Results and Conclusion: It is realized with post-tests that there is a meaningful increase at sportsmanship behaviour scores of girls and boys after taking the practice of CSJG. Moreover, the students have made a significant positive progress both in their cognitive process and ways of behaviors according to the observation and interviewing findings. There is not a meaningful difference at sportsmanship scores of control group students' cognitive process and ways of behaviors when their pretests and posttests have been compared. It is confirmed that the practice of CSJG contributes to students' sportsmanship behaviors.

SB410

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZ-YETERLİK VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYİNİN SPORTMENLİK DAVRANIŞLARI ÜZERİNDEKİ YORDAYICI ETKİSİ

[1]Yakup Koç, [2]Hamza NAS

[1]Erzincan BY Üniversitesi, ERZİNCAN
[2]MEB, GÜMÜŞHANE

Email : *yakupkoc@erzincan.edu.tr, hmznas@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın ana amacı; lise öğrencilerinde öz-yeterlik ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin sportmenlik davranışları üzerindeki yordayıcı etkisini incelemektir.

Yöntem: Araştırma grubu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Gaziantep ili Merkez ilçelerindeki iki devlet lisesinde okuyan 605 öğrenciden oluşmuştur. Araştırmada "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Ölçeği", "Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği", "Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" ve araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ölçme araçlarının Doğrulayıcı Faktör Analizi'ne ilişkin uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin ölçeklerden aldığı puanlar normallik sınamasına uygun olarak bağımsız değişkenlere göre t-testi, ANOVA ve betimsel istatistikler ile test edilmiş ve öğrencilerin öz-yeterlikleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin sportmenlik davranışları üzerindeki etkisi Path Analizi ile incelenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının öğrencilerin cinsiyetlerine, yaptıkları sporun temas durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Öğrencilerin genel öz-yeterliklerinin cinsiyetlerine, sınıflarına, okul takımlarında yer alma durumlarına, okul başarı durumlarına, aile ekonomik düzeylerine ve yaptıkları spor türlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarının sınıflarına, okul takımlarında yer alma durumlarına, okul başarı durumlarına, aile ekonomik düzeylerine ve yaptıkları spor türlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Analiz sonuçları, sosyal öz-yeterliğin pozitif sportmenlik davranışlarını ($\beta1=.22$; $p<.05$), akademik öz-yeterliğin negatif sportmenlik davranışlarını ($\beta2=.16$; $p<.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde etkilediği belirlenmiştir. Modele ait çoklu korelasyon katsayısı (R2) değeri ele alındığında, pozitif sportmenlik davranışlarının %5'i ve negatif sportmenlik davranışlarının %4'ünün model tarafından açıklandığı görülmektedir. Sonuç olarak öğrencilerin öz-yeterlik algılarının ve psikolojik sağlamlıklarının sportmenlik davranışları ile ilişkili olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin sosyal öz-yeterlik düzeyinin pozitif sportmenlik davranışları üzerinde, akademik öz-yeterlik düzeyinin de negatif sportmenlik davranışları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. Araştırmada kurgulanan modelin öğrencilerin sportmenlik davranışlarını düşük düzeyde açıkladığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin öz-yeterliklerinin geliştirilmesine ve psikolojik sağlamlıklarının arttırılmasına yönelik etkinlikler uygulamanın öğrencilerin sportmenlik davranışlarını geliştirmede yararlı olacağı düşünülmektedir.

PREDICTIVE EFFECT OF SELF-EFFICACY AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE ON SPORTSMANSHIP BEHAVIOR IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Introduction and Aim: The main aim of the research is to examine the predictive effect of self-efficacy and psychological resilience on sportsmanship behavior in high school students. Method: The study group consisted of 605 students studying in two state secondary schools in the central districts of Gaziantep province in 2016-

2017 academic year. In the study "Physical Education Course Sportsmanship Behavior Scale", "Self-efficacy Scale for Children", “Child and Youth Resilience Measure” and personal information form created by the researcher were used. It has been determined that the fit index values for the Confirmatory Factor Analysis of the measurement tools are within acceptable limits. The scores obtained by the students from the scales were examined according to the independent variables according to the normality test (t-test, ANOVA and descriptive statistics) and the effect of students' self-efficacy and psychological resilience on their sportsmanship behaviors was examined by Path Analysis. Results and Conclusion: It was found that sportsmanship behaviors of students differ significantly by gender, by sports contact status. It was found that self-efficacy of students differs significantly by gender, by grade, joining in school sports teams, by school achievement, by family economic level and by type of sport. It was found that psychological resilience of students differs significantly by grade, by joining in school sports teams, by school achievement, by sports contact status, by playing in school sports teams, by school achievement, by family economic level. The analysis results also showed that social self-efficacy significantly affected positive sportsmanship behaviors ($\beta 1 = .22$; $p < .05$), academic self-efficacy affected negative sportsmanship behaviors ($\beta 2 = .16$; $p < .05$). When the Squared Multiple Correlations (R2) value of the model is considered, it is seen that 5% of positive sportsmanship behaviors and 4% of negative sportsmanship behaviors are explained by the model. As a result, it was understood that students' self-efficacy perceptions and psychological resilience were related to their sportsmanship behavior. It was found that the social self-efficacy level of the students was a significant predictor of positive sportsmanship behaviors, and the academic self-efficacy level was a significant predictor of negative sportsmanship behaviors. It was determined that the model designed in the research explained the sportsmanship behavior of the students at a low level. It is believed that implementing activities to improve students' self-efficacy and psychological resilience will be beneficial in improving sportsmanship behaviors of students.

SB413

ORTAOKULDA ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNE KATILIMINA İLİŞKİN VELİ TUTUMLARI

***[1]Seda Sabah*, [1]Soner Çankaya, [1]Aydan Ermiş**

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun

***Email :** sabah.sda@gmail.com, sonercankaya@gmail.com , aydanak@omu.edu.tr*

Beden eğitimi, çocuğun fiziksel ve ruhsal gelişimine katkısının yanı sıra aynı zamanda sportif faaliyetlerden zevk almasını ve öğrencinin ders süresince yeteneğinin gelişimine de imkan sağlamaktadır. İlaveten beden eğitimi ve spor faaliyetleri kişinin sosyal yönden gelişimini sağlayarak yaşam kalitesini de arttırmaktadır. Aile, bu süreçte çocuklarının beden eğitimi ve spor faaliyetlerine katılımında yönlendirici bir unsur olması sebebiyle oldukça önemli bir faktördür. Bu bağlamda ailelerin spora bakış açısı, yaklaşımı, spor faaliyetlerini önemseme durumu çocukların beden eğitimi ve spor etkinliklerine yönelmesini etkileyen en önemli faktörler arasında gösterilebilir. Dolayısıyla bu çalışma ortaokulda öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine katılımına ilişkin veli tutumlarını inceleme amacını taşımaktadır. Araştırma betimsel tarama modelinde olup, örneklem grubunu ortaokulda öğrenim gören 122 öğrenci velisi oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan velilere Öncü ve Güven (2011) tarafında geliştirilen "Beden Eğitimi Dersine Yönelik Ana-Baba Tutum Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırma bulguları, öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine katılımına ilişkin veli tutumları açısından öğrencinin cinsiyeti, sınıfı, okul türü, başarı düzeyi, gelir düzeyi, veli ve öğretmen cinsiyeti değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir. Bunların yanı sıra çocuğu okul veya kulüp takımlarında oynayan aynı zamanda eğitim düzeyi yüksek olan (üniversite, lisansüstü), spor yapan ve sporla ilgili TV programları, müsabakaları ve yazıları sıklıkla takip eden velilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu belirlenmiştir. Velilerin spora ilgi duyması (medya, gazete, müsabaka, spor yapma vb.) durumu çocuğunun da aynı şekilde spor faaliyetlerine katılımını sağlamaktadır. Bu durum çocuğun spor faaliyetlerine katılımında velilerin önemli bir etken olduğunu kanıtlar niteliktedir. Dolayısıyla bu sonuç velilerin sporun önemi konusunda bilinçli olduklarını, teorik derslerin yanı sıra uygulamalı dersleri de önemsediklerini göstermektedir. Sonuç olarak öğretmenler tarafından tüm velilere, okulda verilen temel derslere dayalı eğitimin öğrencinin akademik gelişiminde yeterli olmadığına, beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin de öğrencilerin zihinsel ve fiziksel gelişimine önemli katkısının olabileceğine dair zaman zaman bilgilendirmeler yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, Spor, Veli tutumu

Parent Attitudes About The Participation Of Secondary School Students In Physical Education And Sport Lesson

In addition to contributing to physical and mental development, physical education also enables children to take pleasure from sport activities and to develop skills. Physical education and sport activities increase life quality by providing social development of the individual. Family is very important in this process since it is guiding in the participation of children in physical education and sport activities. Families' views, attitudes and considering sport activities as important are among the most important factors affecting children's participation in physical education and sport activities. Therefore, this study aims to examine parents' attitudes about participation of secondary school students in physical education and sport lessons. The study has a descriptive survey model and the sample consists of 122 parents of secondary school students. Parents were given "Parent Attitude Scale

for Physical Education Lesson" developed by Öncü and Güven (2011). The results showed no significant differences in parents' views about participation in physical education and sport lesson in terms of gender, grade, school type, level of success, level of income, parents' and teachers' gender. It was concluded that parents whose children were playing in school or club teams, those who had high level of education, those who were doing sports and those who followed TV programs, competitions and articles about sport frequently had more positive attitudes towards physical education lesson. Parents' being interested in sport ensures their children to participate in sport activities. This proves that parents are important in child's participation in sport. This result shows that parents are conscious about the importance of sport and care about applied lessons as much as theoretical ones. Consequently, it is recommended for teachers to inform parents that basic lessons are not enough for student's academic development and physical education and sport activities may have significant contributions in students' mental and physical development.

Key Words: Physical education, Sport, Parent attitude

SB431

KADIN VE ERKEK BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖĞRENCİLERİN SPORTMENLİK DAVRANIŞ DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Yasemin Çakmak Yıldızhan*, [2]Ahmet Mutlu**

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ERZİNCAN
[2]İl Milli Eğitim Müdürlüğü, İSTANBUL

***Email :** s.ahmet.mutlu@gmail.com*

Bu araştırmada; öğrencilerin sportmenlik davranış düzeyleri, bu düzeylerin, cinsiyet, sınıf düzeyi, okul sporlarına katılıp katılmama durumu ve branş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı, kadın ve erkek beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilerin sportmenlik davranış düzeylerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma 2019-2020 eğitim öğretim yılında Erzincan il merkezindeki devlet ortaokullarından beden eğitimi ve spor öğretmeni erkek olan dört ortaokuldan 419 ve beden eğitimi ve spor öğretmeni kadın olan beş ortaokuldan 520 olmak üzere toplam 939 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri öğrencilerin demografik bilgileri ve sportmenlik davranış düzeyi (Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği) şeklindedir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel teknikler, ikili grup karşılaştırmalarında Independent Sample t, çoklu grup karşılaştırmalarında ise One-Way ANOVA ile birlikte Tukey HSD testleri kullanılmıştır. Analizler sonucunda; beden eğitimi öğretmeni kadın olan öğrencilerin toplam sportmenlik davranışları, beden eğitimi öğretmeni erkek olan öğrencilerin toplam sportmenlik davranışlarından yüksek olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre sportmenlik davranışına bakıldığında kız öğrencilerin negatif davranışlardan kaçınma ve toplam sportmenlik değerlerinin erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğunu, öğrencilerin sınıflarına göre sportmenlik davranışları incelendiğinde; 5. sınıfların 7. ve 8. sınıflardan yüksek olduğu, öğrencilerin okul sporlarına katılma durumlarına göre sportmenlik davranışlarına bakıldığında; okul sporlarına katılan öğrencilerin pozitif davranış sergileme, düzeylerinin katılmayan öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu, öğrencilerin branşlarına göre sportmenlik davranışları incelendiğinde bireysel spor branşlarıyla ilgilenen öğrencilerin pozitif davranış sergileme, negatif davranıştan kaçınma ve toplam sportmenlik değerlerinin takım sporlarıyla ilgilenen öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca beden eğitimi öğretmeni kadın öğretmenlerin öğrencilerin pozitif davranış sergileme, negatif davranıştan kaçınma ve toplam sportmenlik davranış düzeyleri beden eğitimi öğretmeni erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olarak belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kadın ve erkek beden eğitimi öğretmeni, ortaokul öğrencileri, sportmenlik davranışı, fair play

EFFECT OF FEMALE AND MALE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS ON STUDENTS' SPORTSMANSHIP BEHAVIOR LEVELS

In this study, it is aimed to examine the sportsmanship behavior levels of students', whether these levels differ according to gender, class level, participation in school sports and branch variables or not, the effects of male and female physical education teachers on students' sportsmanship behavior levels. The survey research method was em-ployed in this study. The research was conducted in the 2019-2020 academic year with a total of 939 students from public secondary schools in Erzincan city center, 419 from four secondary schools whose physical education and sports teachers are male, and 520 from five secondary schools whose physical education and sports teachers are female. The data of the study include demographic information and sportsmanship behavior

levels of the students (Physical Education Lesson Sportsmanship Behavior Scale). Descriptive statistical techniques are used in the analysis of the data, Independent Sample t for pairwise group comparisons, One-Way ANOVA and Tukey HSD tests are used for multi-group comparisons. As a result of the analysis, the total sportsmanship behaviors of students whose physical education teachers are female are found to be higher than the total sportsmanship behaviors of students whose physical education teachers are male. Considering the sportsmanship behavior of the students according to their gender, it is observed that female students' avoidance of negative behaviors and total sportsmanship values are significantly higher than male students; regarding the sportsmanship behavior of the students according to their grades, the 5th graders have a higher level than the 7th and 8th graders; with respect to the sportsmanship behavior of the students according to their participation in school sports, it is found that the positive behavior of the students participating in school sports is significantly higher than the students who do not; and when the sportsmanship behaviors of the students are examined according to their branches, it has been found that the values of displaying positive behavior, avoiding negative behavior and total sportsmanship values of students who are interested in individual sports branches are significantly higher than those who are interested in team sports. In addition, students whose physical education teachers are female have been found to exhibit positive behavior, avoid negative behavior, and total sportsmanship behavior levels significantly higher than students whose physical education teachers are male.

Keywords: Female and male physical education teacher, secondary school students, sportsmanship behavior, fair play

SB448

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN YABANCI DİL ÖĞRENİMİNE İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

[1]Aydan Ermiş, [2]Soner Çankaya, [1]Seda Sabah

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, SAMSUN

Email : *aydanermish@gmail.com, sonercankaya@gmail.com, sabah.sda@gmail.com*

Günümüzde kültürel, ekonomik, siyasi, sanayi gibi konularda sağlanan gelişmelerin sonucu bilgi paylaşım ihtiyacının artmasıyla yabancı dil bilme durumu önemli bir boyut kazanmıştır. Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de İngilizce hakimiyeti devam etmekte olup uluslararası bir dil haline gelmiştir. Küreselleşme ve teknolojik gelişmeler sonucu dil bilmenin önemi daha çok hissedilmektedir. Dolayısıyla bu bir ihtiyaç haline gelmekte olup, insanlar kendi dillerinin yanı sıra diğer dilleri de öğrenme ve etkili bir şekilde iletişim kurma gereksinimi duymaktadır. Üniversitelerde bulunan gençlerin, mezun olduktan sonra nitelikli bir meslek edinebilmeleri için özellikle İngilizcenin ortak kullanılmasından ötürü bu durum İngilizce öğrenimini zorunlu hale getirmiştir. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yabancı dil öğrenimine ilişkin tutumlarını ortaya koymaktır. Bu kapsamda çalışma nicel araştırma yöntemlerinden tarama modelinde olup, örneklem grubu tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Çalışmanın örneklem grubunu Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören 216 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğrenci grubuna Adıyaman (2019) tarafından geliştirilen,"Yabancı Dil Öğrenmeye Yönelik Tutum Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırma bulguları, kadın öğrencilerin yabancı dil öğrenmeye yönelik tutumlarının erkek öğrencilere göre, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Spor Yöneticiliği Bölümü öğrencilerinin yararlılık alt boyut toplam puanlarının Rekreasyon Bölümü öğrencilerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, Meslek Lisesi çıkışlı ve birinci sınıf öğrencilerin kaçınma alt boyut toplam puanlarının Anadolu Lisesi çıkışlı ve dördüncü sınıf öğrencilerine göre daha düşük olduğu, dolayısıyla Meslek Lisesinden mezun ve birinci sınıf öğrencilerinin yabancı dil öğrenmeye yönelik endişelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formunda belirtilen diğer değişkenlere (sınıfı, gelir düzeyi vb) göre öğrencilerin yabancı dil öğrenmeye yönelik tutumları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Kadınların yabancı dile eğilimlerinin yüksek olması, okul sonrası kariyer planlaması yapmaları veya iş bulma kaygılarının erkeklere göre daha yüksek olması ile izah edilebilir. Yabancı dil öğrenmeye yönelik kaygıyı azaltmak için meslek liselerinin ders müfredatında da İngilizce ders saatlerinin arttırılması tavsiye edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, Yabancı

Analysis Of Attitudes Of Sport Sciences Faculty Students Towards Foreign Language Learning

Today, with the increase in the need to share knowledge as a result of cultural, economic, political and industrial developments, knowing a foreign language has become important. As in the whole world, English dominance continues in our country and it has become an international language. The need to speak a foreign language is felt more as a result of globalization and technological developments. Thus, individuals feel the need to learn other languages and communicate effectively. It has become compulsory for university students to learn English to find a high quality job after graduation. The aim of this study is to show attitudes of Sport Sciences Faculty

students towards learning foreign language. The study has survey model and sample was determined with random sampling method. The sample consists of 216 students studying in Ondokuz Mayıs University Faculty of Sport Sciences. Students were given "Development of a Scale Measuring Attitudes towards Foreign Language Learning" developed by Adıyaman (2019). The results showed that female students had higher foreign language learning attitudes and students in Physical Education and Sport Teaching and Sport Management departments had higher usefulness sub-dimension scores than students of Recreation departments. It was also found that vocational high school graduates and first year students had lower avoidance sub-dimension scores than Science and Anatolian high school graduates and fourth year students; thus, they had higher worry about learning foreign language. No significant differences were found in attitudes of students towards learning foreign language in terms of other variables (grade, level of income, etc.). High attitudes of female students towards foreign language can be explained with the fact that they had high career and employment anxiety than male students. It can be recommended to increase hours of English lessons in the curriculum of vocational high schools to decrease anxiety towards learning foreign language.

Key Words: Sport Sciences, Foreign Language, Attitude

SB480

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ İLE SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN SALDIRGANLIK DÜZEYİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Murat Son*, [1]Burçin Yüce, [1]Enis Çolak, [1]Bülent Tekgöz**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *murat.son@kocaeli.edu.tr*

Saldırganlık içeren davranış biçimleri sosyal bir varlık olan insanlarda olumsuz duygulara neden olmakta ve huzursuzluklara yol açmaktadır. Çalışmada, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Spor Yöneticiliği bölümü öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin; cinsiyetlerine, bölümlerine ve lisanslı sporcu olmalarına göre farklılık gösterip göstermediklerininin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışmamızda Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği(BES) bölümünden 49 kişi, Spor Yöneticiliği bölümünden(SY) 50 kişi olmak üzere toplam 99 öğrenci katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Buss ve Peryy tarafından geliştirilen saldırganlık ölçeği(SÖ) kullanılmıştır. Kullandığımız veri ölçeği kişisel bilgi formu ile 39 sorudan oluşmaktadır. Çalışmadaki veriler SPSS 25.0 paket programı kullanılarak elde edilmiştir. Verilere ait tanımlayıcı istatistik ve P değerlerine yer verilmiştir. Veriler normal dağılım gösterdiğinden parametrik testler kullanılmıştır. SÖ'ye göre BES ve SY'nin saldırganlık puanları karşılaştırıldığında BES(95,3±15,6 puan) ile SY(87,4±18,9 puan) arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur.(P<0,05). Cinsiyete göre saldırganlık puanlarına bakıldığında, kadınlar(91,6±19,4) ile erkekler(90,9±15,3) arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır(P>0,05). Sporcu lisans durumuna göre saldırganlık puanları karşılaştırıldığında lisanslı sporcuların(90,1±18,4) ile lisanslı olamayan sporcular (92,5 ±17,1) arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmamıştır(P>0,05). Bu bulgulara dayanarak BES bölümü öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri yüksek çıkmıştır. Sonuç olarak BES ve SY bölümü öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin farklılığına, öğrencilerin kişilik özelliklerinin yanısıra, bölümlerin eğitim programlarının farklılıkları da etki göstermiş olabilir. Cinsiyet açısından bakıldığında kadınlarda saldırganlık düzeyinin erkeklere göre göreceli olarak daha yüksek olduğu görülmekle beraber istatistiksel farklılık bulunmamıştır. Bu bağlamda özellikle rekabete dayalı bir eylem olan spor ile ilgili bölümlerde eğitim alan öğrencilerin, eğitim programlarında saldırganlık düzeylerini azaltacak yönde derslere ve eğitim metotlarına yer verilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Saldırganlık, Eğitim, Spor

COMPARISON OF AGGRESSION LEVELS OF STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHING WITH STUDENTS OF SPORTS MANAGEMENT

Aggressive behaviors cause negative emotions and uneasiness in people who are social. In the study, comparison of the aggression levels of the students of the Physical Education and Sports Teaching with Sports Management was aimed. Also investigating whether the aggression levels of students differ according to their gender, department and being licensed athletes were performed

A total of 99 students, 49 from the Physical Education and Sports Teaching (PEST) department and 50 from the Sports Management Department (SM), participated in our study. The aggression scale (AQ) developed by Buss and Peryy was used as a data collection tool in this study. The scale consists of a personal information form and

39 questions. The data in the study were analyzed using the SPSS 25.0 package program. Descriptive statistics and p values of the data were included. The data normally distributed analyzed with parametric tests.

A statistically significant difference was found between PEST (95.3 ± 15.6 points) and SM (87.4 ± 18.9 points) when the aggression scores of PEST and SM were compared according to the AS (P <0.05). When the aggression scores were examined by gender, no statistically significant difference was found between girls (91.6 ± 19.4) and boys (90.9 ± 15.3) (p> 0.05). When the aggression scores were compared according to athlete license status, no statistically significant difference was found between licensed athletes (90.1 ± 18.4) and non-licensed athletes (92.5 ± 17.1) (P> 0.05).

Based on these findings, the aggression levels of the students of the PEST department were found to be high. As a result, the differences in the level of aggression of the students of the PEST and SM departments may have been influenced by the differences in the educational programs of the departments as well as the personality traits of the students. In terms of gender, although it is seen that the level of aggression in girls is relatively higher than men, no statistical difference was found. In this context, students in sports-related departments should take aggression reducing courses and training methods.

Keywords: Aggression, Education, Sport

SB488

9-12 YAŞ CİMNASTİK SPORCULARININ ANTRENÖR KAVRAMINA YÖNELİK METAFORİK ALGILARI

[1]Büşra Erul, [2]Mehmet Günay

[1]Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü / Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi / Ankara

Email : *bsra.erul@gmail.com, mgunay1966@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı, hobi grubu cimnastik sporcularının, antrenör kavramına ilişkin sahip oldukları algıları metaforlar yardımıyla belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu toplam 90 hobi grubu cimnastik sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla katılımcılara antrenör kavramına ilişkin sahip oldukları algılarını belirlemek için "metafor formu" hazırlanmıştır. Metafor formunda katılımcılardan "Antrenör'üm……gibidir; Çünkü....." cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma yaklaşımlarından olgubilim deseni kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise; içerik analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinin güvenirliği için katılımcılar arası güvenirlik kat sayısı hesaplanmış ve bu değer %88 olarak bulunmuştur. Verilerin değerlendirilmesiyle, cimnastik sporcularının toplam 43 metafor ürettikleri görülmüştür. Üretilen bu metaforlar 7 farklı kategoride toplanmıştır. Katılımcılar antrenör kavramına ilişkin en çok "sevgi temsilcisi olma" ve "yararlı olma" kategorilerinde metaforlar geliştirdikleri belirlenirken, bu kategorileri "iyilik temsilcisi olma", "kahraman olma", "aile olma" , "eğlenceli olma" ve "aydın olma" kategorileri izlemiştir. Katılımcıların en fazla ürettiği metaforlar öğretmen (11), melek (9), anne(7), eğlence (6) ve çiçek (5) şeklinde sıralanmıştır. Sonuç olarak 9-12 yaş hobi grubu cimnastik sporcularının antrenörlerine karşı herhangi bir olumsuz algı taşımadığı, tamamının antrenörlerini olumlu algıladıkları görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Cimnastik, Antrenör, Metafor.

The Metaphoric Perceptions Of 9-12 Years Old Gymnastics Athletes Towards The Concept 'Trainers"

The aim of the study is to determine the perceptions of hobby group gymnastics athletes related to the concept of trainers with the help of metaphors. The sample of the study consists of 90 hobby group gymnastics athletes. A "metaphor form" was prepared to determine the participants' perceptions about the concept of trainers to collect data in the study. In the metaphor form, they were asked to complete some sentences such as "My trainer" is like ……; Because… ". The phenomenological design, one of the qualitative research approaches, was used in the study. Content analysis technique was used in the analysis of the study. For the reliability of the analysis of the research data, the reliability coefficient between the participants was calculated, and this value was found as 88% . According to the analyses of data, it was seen that gymnastics athletes produced 43 metaphors in total. These metaphors were collected in 7 different categories. While it was determined that the participants mostly developed metaphors in the categories of "being a representative of love" and "being useful" related to the concept of trainers, these categories were followed by "being a representative of good", "being a hero", "being a family", "being fun" and "being enlightened". The metaphors most produced by the participants were listed as teacher (11), angel (9), mother (7), fun (6) and flower (5). As a result, it was observed that gymnastics athletes in the hobby groups aged 9-12 did not have any negative perception towards their trainers, and all of them perceived their trainers positively.

Key words: Gymnastics, Trainers, Metaphor

SB495

FARKLI BRANŞTAKİ ÖĞRETMENLERİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN YETERLİKLERİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

***[1]Mehmet Hassan SELÇUK*, [2]Yasin KARACA**

[1]MEB Malatya
[2]Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi

Email : *mehmethasanselcuk@hotmail.com,*

Nitelikli bir toplum ancak nitelikli bireyler sayesinde oluşur. Nitelikli bireylerin yetiştirilmesinde ise eğitimin baş aktörü olan öğretmenler önemli rol oynarlar. Her bakımdan nitelikli bir toplum oluşturabilmek için öğretmenlerin mesleki olarak yeterli olmaları gerekir. Bu araştırmada, farklı branştaki öğretmenlerin beden eğitimi ve spor dersi öğretmenlerinin yeterliklerine ilişkin görüşleri cinsiyet, yaş, medeni durum, öğretmenlik hizmet yılı, okul türü ve branş değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini Adıyaman ili Gölbaşı İlçesi merkez okullarında görev yapan, basit rastgele örnekleme yöntemine göre seçilmiş 187 gönüllü öğretmen oluşturmuştur. Araştırmada "Farklı Branşlardaki Öğretmenlerin Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yeterliklerine İlişkin Görüşleri Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın veri analizini, betimsel istatistik için frekans ve yüzde analizi; ilişkisiz ölçümlerde ortalama puanların karşılaştırılması için Varyans analizi (One-way ANOVA, bağımsız örneklem t-testi), anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Tukey testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda farklı branştaki öğretmenlerin beden eğitimi öğretmenlerinin yeterliklerine ilişkin görüşlerinin yaş, medeni durum, okul türü, değişkenlerine göre anlamlı yönde farklılıklar ortaya koyduğu saptanmıştır. Buna göre Yaş düzeyi yüksek olan öğretmenlerin düşük olan öğretmenlere göre, evli olan öğretmenlerin bekar olan öğretmenlere göre, lisede görev yapan öğretmenlerin ortaokulda görev yapan öğretmenlere göre beden eğitimi öğretmenlerinin yeterliklerine ilişkin görüşlerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Eğitim, öğretmen, beden eğitimi öğretmeni, nitelik, yeterlik.

Opinions Of Teachers In Different Branches About The Competencies Of Physical Education And Sports Lesson Teachers

A qualified society is formed only by qualified individuals. Teachers, who are the main actors of education, play an important role in raising qualified individuals. In order to create a qualified society in every respect, teachers must be professionally competent. In this study, it was aimed to examine the opinions of teachers in different branches about the competencies of physical education and sports lesson teachers according to gender, age, marital status, teaching service year, school type and branch variables. General scanning model was used in the research. The sample of the study consisted of 187 volunteer teachers who were selected according to the simple random sampling method, working in the central schools of Gölbaşı District of Adıyaman. In the study, "Views of Teachers from Different Branches Regarding the Competencies of Physical Education Teachers Scale" was used. Data analysis of research, frequency and percentage analysis for descriptive statistics; Variance analysis (One-way ANOVA, independent sample t-test) was used to compare average scores in unrelated measurements, and Tukey test was used to determine between which groups the significant difference was. As a result of the study, it was determined that the opinions of teachers in different branches about the competencies of physical education teachers revealed significant differences according to the variables of age, marital status,

school type, and variables. According to this, it has been observed that there are significant differences in the opinions of teachers with a high level of age on the competencies of physical education teachers compared to teachers who are married, teachers who are married compared to single teachers, and teachers working in high schools compared to teachers working in secondary schools.

Keywords: Education, teacher, physical education teacher, qualification, competence.

SB497

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİNİN ÖĞRETİM PROGRAMLARINA İLİŞKİN FARKINDALIKLARININ VE PROGRAMLARDAN YARARLANMA DURUMLARININ İNCELENMESİ: ÇANKAYA ÖRNEĞİ

***[1]Mehmet Murat Örer*, [2]Gözde Algün Doğu, [2]Aydıner Birsin Yıldız**

[1]Ted Ankara Koleji
[2]Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi-Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü

***Email :** muratorer@gmail.com , gzdalgn@hotmail.com,*

Giriş ve Amaç: Eğitim "bireyin davranışlarında yaşam yoluyla istendik bir değişimi meydana getirme süreci" olarak tanımlamaktadır (1). Öğretmenler öğrencilerine istenen bilgi, beceri gibi tutumları eğitim programları ve içerikleri ile kazandırırlar (2). Eğitim programı içerinde en önemli bölüm, öğretim programıdır. Öğretim programı, belirli bilgi alanlarından oluşan ve bazı okullarda beceriye ve uygulamaya önem veren, bilgi, beceri, tutum ve değerlerin eğitim programını hedefleri doğrultusunda planlı olarak kazandırılmasına yönelik hazırlanmış programlardır (3). Gelişen ve değişen dünyada öğretim programlarını geliştirme ve güncelleme süreçleri devam etmektedir. Bu çalışma; 2018 öğretim yılından itibaren uygulanmaya başlanan yeni öğretim programının, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri tarafından benimsenme, eski programın yenisiyle değiştirilmesi durumuna karşı tutumları ve eğitim ortamında yeni programları uygulayıp uygulamadıklarını araştırmak amacı ile planlanmıştır.

Yöntem: Tarama modeli olan bu araştırmada üç bölümden oluşan veri toplama aracı kullanılmıştır. Araştırma, Ankara ili Çankaya ilçesinde görev yapan 225 öğretmenle gerçekleştirilmiştir. Araştırma verilerinin analizinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak aritmetik ortalama, standart sapma ve yüzde tekniklerinin yanı sıra iki bağımsız grup arasındaki farkın belirlenmesi için bağımsız gruplarda t testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında farkın belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi ve farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için ise Tukey Testi kullanılmıştır. Öğretmenlerin öğretim programından yararlanma durumları ile değişime karşı tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için "Pearson Korelasyon Katsayısı" hesaplanmıştır.

Bulgular: Çalışmanın bulgularına göre; araştırmaya katılan öğretmenlerin değişime karşı tutumları ile öğretim programlarından yararlanma durumları cinsiyet, uygulanan eğitim programı ve hizmet yılı değişkenlerinde farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Bu sonuçlara ek olarak, öğretmenlerin değişime karşı tutumları ile öğretim programlarından yararlanmaları ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Sonuç: Öğretmenlerin değişime karşı tutumlarının olumlu olduğu ve değişime karşı tutumları ile öğretim programından yararlanarak güncel bilgilere açık olduklarını söylenebilir.

Kaynaklar: Ertürk S.Eğitimde Program Geliştirme, Meteksan Yayınları, 1991. Demirel, Ö.İlköğretim okullarında Türkçe öğretimi. Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları,1999. Küçükahmet, L. (Ed.). Sınıf yönetiminde yeni yaklaşımlar. Nobel, 2005.

Investigation Of Awareness On The Curriculum Implemented By The Physical Education Teachers And The Situation Teachers 'Benefit From The Curriculum: The Cankaya Example

Introduction and purpose: Education defines "the process of bringing about a desired change in an individual's behavior through life"(1). Teachers help their students acquire attitudes such as desired knowledge and skills through educational programs and contents (2). The most important part of the education program is the teaching program. The curriculum is a program that consists of certain areas of knowledge and gives importance to skill and practice in some schools, and is designed to gain knowledge, skills, attitudes and values in line with the objectives of the curriculum (3). In the developing and changing world, the processes of developing and updating the curriculum continue. In this studuy, the new curriculum, which has been implemented since the 2018 academic year, is planned to be adopted by the Physical Education and Sports teachers, to investigate their attitudes towards changing the old program with a new one and whether they implement new programs in the educational environment.

Method: Survey method was used in the research and data was collected via an instrument consisting of three parts. The sample of the study consisted of 225 physical education teachers working in the Cankaya of Ankara. The analysis of the research data was done with defining statistical methods such as arithmetic averages, standard deviation and percentage techniques. Besides, a T test was used to determine the differences between two independent groups, a one-way analysis of variance test was used to determine the differences between more than two independent groups and a Tukey test to determine the source of these differences. the 'Pearson Correlation Coefficient' was also used to determine the relation between the teachers beneficialness from the curriculum and the teacher's attitudes towards the change.

Results: The findings of the research shows that teachers beneficialness from the curriculum and the teacher's attitudes towards the change of it differs depending on their sex, the curriculum and the amount of year(s) they have worked for ($p<0.05$). Additionally, the teacher's beneficialness from the curriculum, the teacher's attitudes towards the change of it and all the sub dimensions has shown a low level and positive directional relation between them.

Conclusions: According to these results, teacher's attitudes towards the change of the curriculum were positive and it can be said that they are open to up to date knowledge with their attitude towards the change of the curriculum.

References: Ertürk S.Eğitimde Program Geliştirme, Meteksan Yayınları, 1991. Demirel, Ö.İlköğretim okullarında Türkçe öğretimi. Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları,1999. Küçükahmet, L. (Ed.). Sınıf yönetiminde yeni yaklaşımlar. Nobel, 2005.

SB499

KIRSAL KESİMDE EĞİTİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN SPOR VE MÜZİK FAALİYETLERİNİN YALNIZLIK TUTUM DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Yasin Sepil*, [2]Fatih Kıyıcı**

[1]Aşkale İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü
[2]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** yasin.sepil@hotmail.com, fkiyici@atauni.edu.tr*

Amaç: Erzurum iline bağlı Çat ilçesinde ortaokul düzeyinde öğrenim görmekte olan öğrencilere yaptırılan spor ve müzik faaliyetlerinin yalnızlık tutum düzeyleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi.

Yöntem: Araştırma evreni 2019–2020 eğitim-öğretim yılında Erzurum ili, Çat ilçesi Soğukpınar Ortaokulu, Cumhuriyet YİBO ve Çat YİBO'da öğrenim gören öğrencilerdir. Örneklemi ise 96 kız, 72 erkek, toplam 168 öğrenci oluşturmaktadır. Demografik bilgileri öğrenci ve danışman tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", öğrencilerin yalnızlık düzeyleri için Demir (1989) tarafından geliştirilen "Yalnızlık Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. İstatiksel analizler için SPSS 22.00 paket programı kullanılarak tanımlayıcı analiz yöntemi kullanılmıştır. İki bağımsız değişken ile yalnızlık tutumları arasındaki farklılaşmayı belirlemek için Bağımsız-Tek Örnek T Test ve ikiden fazla farklı değişken ile yalnızlık arasındaki farklılaşmayı belirlemek için Tek-Yön One Way (tukey) testi yapılmıştır. Sonuçlar $P<0,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir. Yaş ile yalnızlık tutumu arasındaki ilişki için korelasyon ve regrasyon analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan aktivite türleri ile yalnızlık düzeyleri arasında farklılık vardır. Spor ve müzik faaliyetlerini birlikte yapan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri, tek bir faaliyete katılanlardan daha düşüktür. Okuduğu sınıf düzeyi yüksek olan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri alt sınıftaki öğrencilerden daha düşüktür. Yaş ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır. Öğrencilerin yaşları bir puan arttıkça yalnızlık düzeylerinin -163 puan düştüğü tespit edilmiştir. Cinsiyet ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Sonuç: Kırsalda yetişen çocukların sosyo-ekonomik ve çevresel imkânlarının yetersizliklerinin yalnızlığa sebep vermemesi adına sportif ve müziksel faaliyetlere imkân sağlayacak projelerin eğitim öğretimde etkili olacağı kanaatine ulaşılmıştır. Bu tür çalışmalar için okullarda imkânlar sağlanması faydalı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Spor, Müzik, Yalnızlık Tutum Ölçeği

ACTIVITIES IN THE COUNTRYSIDE OF SPORTS AND MUSIC ACTIVITIES IMPACT OF STUDENTS ON ATTITUDE LEVELS OF LONELINESS

Purpose: This research was carried out to examine the effects of sports and music education on loneliness attitude levels of students who are studying at secondary school level in Çat District of Erzurum province. Method: In the 2019-2020 teaching-learning year, students studying at Soğukpınar Secondary School, Cumhuriyet YIBO and Çat Yibo in the Çat District of Erzurum province formed the study content. The sample of the study consisted of 168 students, 96 of whom were girls and 72 of whom were boys. To determine demographic information, the "Personal Information Form" prepared by the student and advisor, and the "loneliness attitude scale" developed by Demir (1989) were used to determine the students ' levels of loneliness. The statistical package program

SPSS 22.00 was used to evaluate the data and perform statistical tests. Descriptive analysis method was used in the analysis of the data. The Independent-single sample t Test was used to determine the differentiation between two different independent variables and loneliness attitudes. The one-way one Way (tukey) test was conducted to determine the differentiation between more than two different variables and loneliness. Results were evaluated according to severity level $p<0.05$. Correlation and regression analyses were performed to determine the relationship between the age of the students and the attitude of loneliness.

Findings: According to the findings of this study conducted in rural areas, there are differences between the types of activities performed and the levels of loneliness. Loneliness levels of the students who together both sports and music activities of those who participated in a single activity (sports activity or music) with high levels of loneliness and lower levels of training of students is enrolled in the class, it was determined that the students in the lower class were low. It was found that there was a negatively significant relationship between the age of the students and the loneliness levels, and that the loneliness levels-as the age of the students increased by one point-fell by 163 points. No significant relationship was found between gender and levels of loneliness.

Results: It was concluded that projects that would enable sportive and musical activities would be effective in education and training in order to prevent the lack of socio-economic and environmental opportunities of children growing up in the countryside from causing loneliness. It will be useful to provide facilities in schools for such studies.

Keywords: Physical education, Sport, Music, Loneliness Attitude Scale

EGZERSİZ VE SPOR FİZYOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PHYSIOLOGY

SB14

KADIN FİTNESS KATILIMCILARINDA DEVAMLI YÜKLENMELİ VE ARALIKLI ŞİDDETLİ YÜKLENMELİ KARDİYOVASKÜLER EGZERSİZ MODALİTELERİNİN KARDİYOVASKÜLER CEVAP AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]EMRE ÖRGÜN, [1]CEM KURT, [2]İLBİLGE ÖZSU

[1]Trakya Üniversitesi Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, EDİRNE
[2]Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakultesi

Email : *emre.orgunnn@gmail.com, cemkurt35@gmail.com, ilbilgeozsu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kettlebell ve battle rope egzersizleri son yılların popüler egzersiz modalitelerindendir. Ancak, bu egzersizlerin kardiyovasküler yük açısından güvenlik ve etkinlikleri sıkça tartışılmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı, kadın fitness katılımcılarında devamlı yüklenmeli ve aralıklı şiddetli yüklenmeli kardiyovasküler egzersiz modalitelerinin kan basıncı, kalp hızı ve algılanan zorluk derecesi açısından karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya, 15 gönüllü kadın fitness katılımcısı katıldı (yaş: 38,13 ± 8,48 yıl, boy uzunluğu; 161, 67 ± 4,65 cm, vücut ağırlığı: 58,13 ± 6,81 kg). Katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri, uluslararası fiziksel aktivite ölçeği kullanılarak "düşük fiziksel aktivite düzeyi" (864, 13± 279, 9 MET. dk / hafta) olarak belirlendi. Katılımcılar 1 hafta arayla devamlı yüklenmeli aerobik egzersiz (AE) ile kettlebell swing (KS) ve alternating waves battle rope (RE) egzersizlerine katıldı. AE; koşu bandında, katılımcıların zorlanmadan konuşabildikleri egzersiz şiddetinde (6-7 km/saat) 4 dakikalık koşudan oluştu. KS ve RE ise 8 × 20 sn maksimal yüklenme ve her yüklenme sonrası 10 sn dinlenmeden oluştu. Katılımcıların, her bir egzersiz seansından önce ve sonra kalp hızları ve kan basınçları ölçüldü. Algılanan zorluk derecesi (AZD) ise her bir egzersiz seansından sonra Borg's Skalası (6-20) ile değerlendirildi. Bulgular: Verilerin analizinde Tekrarlı Ölçümler için ANOVA testi ve Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanıldı. Buna göre, RE ve KS' den sonra, AE' ye oranla kalp hızı ve algılanan zorluk derecesi skorunda RE ve KS lehine istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık belirlendi ($p < 0,05$). Kalp hızı ve algılanan zorluk derecesi açısından RE ve KS birbirinden farklı değildi ($p > 0,05$). KS ve AE arasında sistolik kan basıncı açısından, KS lehine istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık belirlendi ($p < 0,05$). Diastolik kan basıncı açısından ise her 3 egzersizden sonra elde edilen değerler birbirinden farklı değildi ($p > 0,05$).

Sonuç: Egzersiz protokollerinin ardından katılımcıların egzersizle ilişkili herhangi bir kontrendikasyon tanımlanmaması ve elde edilen verilerin fizyolojik sınırlar dâhilinde olması nedeniyle, her 3 egzersiz modalitesi de birbirinin alternatifi olarak uygulanabilir.

COMPARISON OF CONTINUOUS AND HIGH INTENSITY INTERVAL CARDIOVASCULAR EXERCISE MODALITIES IN TERMS OF CARDIOVASCULAR RESPONSES IN FEMALE FITNESS PARTICIPANTS

Background and Aim: Kettbell and battle rope exercises have been popular exercise modalities in recent years. However, the safety and efficacy of these exercises in terms of cardiovascular load have been frequently argued. Therefore, the aim of this study was to compare continuous and high intensity interval cardiovascular exercise modalities in terms of blood pressure, heart rate and rating of perceived exertion in female fitness participants.

Method: Fifteen female fitness participants volunteered for this study (age: 38.13 ± 8.48 years, height: 161.67 ± 4.65 cm, body weight: 58.13 ± 6.81 kg). Fitness level of the participants was determined to be "low-level physically active" (864.13 ± 279.9 MET-min/week) according to the International Physical Activity Questionnaire. Participants participated in continuous aerobic exercise (AE), kettlebell swing (KS) and alternating waves battle rope (RE) exercises at 1-week intervals. AE consisted of 4-min running on a treadmill at an exercise intensity (6-7 km/h) at which participants could speak comfortably. KS and RE consisted of 8 × 20 sec maximal loading with 10 sec rest after each loading. Participants' heart rate and blood pressure were measured before and after each exercise session. Rating of Perceived Exertion (RPE) was determined by Borg Scale (6 to 20) after each exercise session.

Results: The data were analyzed using repeated measures ANOVA and Wilcoxon signed-rank test. Accordingly, after RE and KS, a significant statistical difference was found in scores for heart rate and rating of perceived exertion in favor of RE and KS compared to AE ($p<0.05$). In terms of heart rate and RPE, RE and KS were not different from each other ($p<0.05$). When KS and AE were compared in regard to systolic blood pressure, a statistically significant difference was found in favor of KS ($p<0.05$).

SB32

KORONER ARTER HASTALARINDA YAKIN KIZILALTI SPEKTROSKOPİSİ (NIRS) ILE ÖLÇÜLEN ISKELET KASI OKSİDATİF METABOLİZMASININ AKTİVİTE SEVİYELERİ VE KALP HIZI DEĞİŞKENLİKLERİ ILE ILİŞKİLİ OLARAK DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Gülistan Yıldız*, [1]Oğuzhan Ökten, [2]Ahmet Altuğ Çinçin, [1]Hızır Kurtel**

[1]Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı, İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Kardiyoloji Anabilim Dalı, İSTANBUL

***Email :** gulistan.y@hotmail.com, oguzhanokten35@gmail.com, acincin@me.com, kurtelh@hotmail.com*

Giriş ve amaç: Kardiyovasküler hastalıklarda iskelet kası oksidatif metabolizmasını ve otonom disfonksiyonu değerlendirmek, hastalığın seyri ve tedavi etkinliği açılarından önemlidir. Amacımız, koroner arter hastalarında biceps brachii kasında meydana gelen olası metabolik değişiklikleri NIRS* yöntemi ile non-invaziv bir şekilde, izometrik kas kasılması üzerinden değerlendirmeye çalışmak ve olası değişikliklerin kalp hızı değişkenliği (KHD) ve fiziksel aktivite düzeyleri ile ilişkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışma koroner arter hasta (n=13) ve sağlıklı sedanter kontrol gruplarından (n=14) oluşmaktadır (Marmara Üniversitesi Etik Kurul no:713). Ölçüm günü önce KHD ölçümleri kalp atım hızı sensörü (PolarH10) ile alınmış, ardından biceps brachii kasının oksidatif metabolizması NIRS (BSXinsight)/izometrik kasılma yöntemi ile ölçülmüştür. Cihazın kasa yerleştirilmesini takiben 2 dakika süreyle dinlenme, 1 dakika süreyle izometrik kasılma (maksimal kuvvetin %60'ı), ardından 2 dakika süreyle derlenme ölçümleri alınmıştır. Fiziksel aktivite seviyeleri için akselerometre (Actical, Mini-Mitter Co, ABD) bel bölgesine ardışık beş gün takılmıştır.

Bulgular: Sağlıklı grubun bazal ortalama satürasyonu (B(%)), rahatlama ortalama satürasyonu (R(%)), izometrik egzersizin bittiği nokta (İzo2) ile egzersiz sonrası toparlanma hızının yavaşlamaya başladığı noktayı (kırılma) birleştiren doğrunun eğimi (S3) hasta grubuna göre anlamlı derecede yüksektir ($p<0,05$). Toparlanma fazında B'nin bulunduğu zamana geri dönüş süresi (GDZ (saniye)) hasta grubunda anlamlı derecede yüksek saptanmıştır ($p<0,05$). Günlük harcanan kalori miktarı ve fiziksel aktivite süreleri sağlıklı grubunda anlamlı yüksektir ($p<0,05$). KHD parametreleri açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: NIRS/izometrik kasılma yöntemi kalp hastalarında egzersiz intoleransı ve iskelet kası disfonksiyon ile ilgili önemli ipuçları verebilir. Bu yaklaşım invaziv olmaması, kısa sürmesi, kolay uygulanması ve indirekt olarak olası mitokondriyal disfonksiyonu göstermesi açılarından dikkat çekmektedir.

*: Yardımlarından dolayı Prof. Dr. Birol Çotuk'a (Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi) teşekkür ederiz.

Evaluation Of Skeletal Muscle Oxidative Metabolism Measured By Near Infrared Spectroscopy (NIRS) In Relation To Activity Levels And Heart Rate Variability In Patients With Coronary Artery Disease

Objective: In cardiovascular diseases, evaluating skeletal muscle oxidative metabolism and autonomic dysfunction is important for the course of the disease. Our aim is to evaluate the possible metabolic changes in

biceps brachii muscle in patients with coronary artery disease (CAD) by using NIRS* through isometric muscle contraction and to investigate the relationship between heart rate variability (HRV) and physical activity (PA) levels.

Methods: The study consisted of coronary artery patients (n=13) and healthy sedentary control (n=14) groups (Marmara University EthicsComity no:713). On the day of measurement, HRV were taken with a heart rate sensor (PolarH10), and then the oxidative metabolism of the biceps brachii muscle was measured by NIRS (BSXinsight)/isometric contraction method (2 min of baseline, 1 min of isometric contraction (60% 1RMmax) and 2 min of recovery). For PA assessment, accelerometer (Actical, Mini-MitterCo,USA) was attached to lumbar region for five consecutive days.

Results: Muscle baseline (B(%)) and recovery (R(%)) oxygen saturations were significantly lower in patients ($p<0,05$). The slope of re-oxygenation rate during recovery (S3) was significantly steeper in healthy controls ($p<0,05$). Time to resting oxygen saturation during recovery (GDZ(seconds)) was significantly higher in patients ($p<0,05$). PA level was significantly higher in the control group ($p<0,05$). There was no significant difference between the groups in terms of HRV parameters ($p>0,05$).

Conclusion: NIRS/isometric contraction method can provide important clues about exercise intolerance and skeletal muscle dysfunction in cardiac patients. This approach draws attention in terms of non-invasiveness and easy application indirectly showing possible mitochondrial dysfunction.

*: We thank Prof.Dr.Birol Çotuk (Marmara University Faculty of Sport Sciences) for providing the NIRS device.

SB52

FUTBOL HAKEMLERİNDE SOX15 T/G POLİMORFİZMİNİN ATLETİK PERFORMANSLA İLİŞKİSİNİN SEDANTER BİREYLERLE KARŞILAŞTIRMALI OLARAK INCELENMESİ

***[1]Erdem Subak*, [2]Sürhat Müniroğlu**

[1]İstanbul Esenyurt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** subak@ankara.edu.tr, smuniroglu@ankara.edu.tr*

Kas dokusu oluşumu ve yenilenmesi atletlerin dayanıklılık performansı için çok önemlidir. SOX15 (SRY-Box 15) geni, kas dokusu oluşumu ve yenilenmesinde rolü olan önemli bir gendir. Literatürde, SOX15 geninin kas dokusuyla ilişkisini ve bu doku içerisindeki çok çeşitli rollerini gösteren çalışmaların sayısı oldukça fazladır. Buna rağmen, SOX15 geniyle atletik performans ilişkisi üzerine yapılmış araştırmalar çok sınırlı sayıdadır. Bu araştırmanın amacı, 12 dk. Cooper dayanıklılık testinden 3000 m ve üzerinde performans gösteren futbol hakemlerinde SOX15 T/G polimorfizmini (rs4227) kontrol grubuyla karşılaştırmaktır. Bu amaçla, Ankara'da il hakemi klasmanında görev alan futbol hakemlerine Cooper dayanıklılık testi uygulanmış ve 3000 m ve üzerinde performans gösteren 30 erkek futbol hakeminden (n = 30; yaş: 23.33 ± 2.52; boy: 178.19 ± 5.23; vücut ağırlığı: 72.64 ± 7.16) DNA analizi için yanak içi sürüntü örneği alınmıştır. Kontrol için, Ankara Üniversitesi Fen Fakültesi öğrencilerine anket uygulanmış ve anket sonucunda hiç sporcu lisansı almamış, günlük hayatında egzersiz yapmayan, araştırmaya katılmaya gönüllü öğrenciler arasından 30 sedanter erkek (n = 30, yaş: 22.47 ± 1.92; boy: 176.71 ± 7.02; vücut ağırlığı: 76.81 ± 9.62) rastgele seçilerek yanak içi sürüntü örneği alınmıştır. Ayrıca gruplar arasında ACE I/D ve HGF C/A gen polimorfizmleri de incelenmiştir. İnceleme sonucunda hakemlerle kontrol grubu arasında SOX15 T/G polimorfizmi açısından anlamlı bir farklılık kaydedilmiş, SOX15 T alleli hakemlerde daha yüksek frekansta bulunmuştur ($\chi 2$ = 10.24, p = 0.006). Ayrıca, ACE I/D ve HGF C/A polimorfizmi açısından gruplar arasındaki fark anlamsızdır. Araştırma sonucunda atletik performansla SOX15 T/G polimorfizmi arasında bir ilişki olabileceği görülmüştür.

Comparative Investigation Of The Relationship Of SOX15 T/G Polymorphism With Athletic Performance In Football Referees With Sedentary Individuals

Muscle tissue formation and regeneration are crucial to athletes' endurance performance. SOX15 (SRY-Box 15) gene is a substantial gene that plays a role in muscle tissue formation and regeneration. In the literature, there are many studies showing the relationship of the SOX15 gene with muscle tissue and its various roles in this tissue. However, there is very limited research on the relationship between the SOX15 gene and athletic performance. This study aims to compare the SOX15 T/G polymorphism (rs4227) with the control group in soccer referees who performed 3000 m and above in the 12 min Cooper endurance test. For this purpose, Cooper endurance test was applied to the football referees who were in the provincial referee classification in Ankara and 30 male soccer referees (n = 30; age: 23.33 ± 2.52; height: 178.19 ± 5.23; body weight: 72.64 ± 7.16) buccal swab sample was taken for DNA analysis. For control, the students of Ankara University Faculty of Science were surveyed and as a result of the questionnaire, 30 sedentary males (n = 30, age: 22.47 ± 1.92; height: 176.71 ± 7.02; body weight: 76.81 ± 9.62) randomly selected, the buccal swab sample was taken. Also, ACE I/D and HGF C/A gene polymorphisms among the groups were also examined. As a result of the review, a significant difference was noted between the referees and the control group in terms of SOX15 T/G polymorphism, and the

SOX15 T allele was found to be higher in the referees ($\chi 2 = 10.24$, $p = 0.006$). Also, the difference between the groups in terms of ACE I/D and HGF C/A polymorphism is insignificant. As a result of the research, it was seen that there may be a relationship between athletic performance and SOX15 T / G polymorphism.

SB55

FARKLI YAŞ GRUPLARINDAKİ FUTBOLCU ÇOCUKLARDA KOŞU EKONOMİSİ VE BACAK SERTLİĞİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Çağatay Selçuk KARAKAŞ, [1]Selcen KORKMAZ ERYILMAZ, [1]Abdullah KILCI, [2]Özgür GÜNAŞTI, [1]Ömer Cumhur BOYRAZ, [1]Ümit ADAŞ, [1]Muhammed Emin KOÇ, [2]Çiğdem ÖZDEMİR, [2]Kerem TUNCAY ÖZGÜNEN, [2]Sanlı Sadi KURDAK

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, ADANA

Email : *selcukk.12@gmail.com, selcen_korkmaz@yahoo.com, abdullahkilci89@gmail.com, ogunasti@gmail.com, cumhur_boyraz@hotmail.com, umitadas01@gmail.com, muhammedeminkc@gmail.com, cozdemir@cu.edu.tr, kozgunen@gmail.com, sskurdak@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Koşu ekonomisi (KE) dayanıklılık performansını, bacak sertliği (BS) gerilme-kısalma döngüsü hareketlerde performansı belirleyen fizyolojik faktörlerdir. Bu çalışmanın amacı farklı yaş gruplarındaki futbolcu çocukların KE ve BS değerlerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya her bir grupta 10 sporcu olmak üzere, U11, U12, U13 ve U14 futbol liginde oynayan toplam 40 erkek sporcu katıldı. Maksimal oksijen alımı (V̇O2max) koşu bandında şiddeti kademeli artan egzersiz protokolü uygulanarak tespit edildi (Cosmed Quark PFT- Ergo). KE, altı dakika süreli 8 km/saat (8km V̇O2KE) ve 9 km/saat (9km V̇O2KE) sabit hızlarda iki farklı test protokolünde kararlı durumdaki oksijen alım (ml/kg/dak) değerleri ölçülerek belirlendi. İki submaksimal test protokolü esnasında yerle temas süresi ve havada kalış süresi video kamera (240fps Go-Pro3) ile analiz edilerek, BS, dikey bacak sertliği (DBS), adım uzunluğu ve adım frekansı belirlendi. Gruplar arası değerlerin karşılaştırılmasında normal dağılım gösteren veriler Tek Yönlü Varyans Analizi ile test edildi, Post-Hoc analizinde Tukey HSD testi kullanıldı. Normal dağılım göstermeyen veriler Kruskall Wallis testi ile analiz edildi, Post-Hoc değerlendirilmesinde Mann-Whitney-U testi kullanıldı (ortalama±standart sapma).

Bulgular: U11, U12, U13 ve U14 gruplarının V̇O2max (sırasıyla, 51±5, 50.3±4, 50.2±3, 52.4±4.6ml/kg/dak), 8km V̇O2KE (37.8±2, 34.24±2.3, 34.4±2, 35.7±3ml/kg/dak) ve 9km V̇O2KE (38.1±3, 37.1±2, 38.9±4, 37.9±3ml/kg/dak) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). İki submaksimal test protokolünde de, U11 grubunun U14 grubuna kıyasla adım frekansının anlamlı olarak yüksek, adım uzunluğunun düşük olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). DBS ve BS değerlerinin, 8 km/saat koşu testinde U12 ve U14 gruplarının U11 grubuna göre istatistiksel olarak yüksek olduğu, 9 km/saat koşu testinde ise U14 grubunun U11 ve U13 gruplarına göre anlamlı olarak yüksek olduğu bulundu ($p<0.05$).

Sonuç: Araştırma bulgularımız, sporcu çocuklarda 11 ila 14 yaş aralığının büyüme ve gelişimin aerobik dayanıklılık düzeylerinde belirgin artışlar sağlayacak kadar geniş olmadığını, öte yandan bu yaş aralığında bacak sertlik özelliklerinin önemli ölçüde gelişebileceğini düşündürmektedir.

Comparison Of Running Economy And Leg Stiffness In Soccer Players Of Different Age Groups

Running economy (RE) and leg stiffness (Kleg) are physiological factors that determine performance in endurance and stretch-shortening- cycle actions, respectively. The aim of this study is to compare the RE and Kleg values of soccer players of different age groups. A total of 40 male athletes playing in the U11, U12, U13 and U14 soccer leagues, including 10 athletes in each group, participated in the study. The maximal oxygen uptake (VO2max) was determined using an incremental maximal exercise test on a treadmill (Cosmed-Quark-PFT-Ergo). RE was determined by measuring steady-state oxygen uptake (ml/kg/min) in two test protocols at constant speeds of 8km/h (8km-V̇O2RE) and 9km/h (9km-V̇O2RE). During the two submaximal tests, ground contact time and flight time were analyzed by a video camera (240fps-Go-Pro3), and Kleg, vertical leg stiffness (Kvert), stride length and stride frequency were determined. In the comparison of the values among the groups, the data showing normal distribution were tested with One-Way-Variance Analysis; Tukey-HSD test was used in Post-Hoc analysis. Non-normal data were analyzed by Kruskall Wallis test, Mann-Whitney-U test was used for Post-Hoc analysis(means±SD). There was no significant differences among the V̇O2max(51±5, 50.3±4, 50.2±3, 52.4±4.6 ml/kg/min, respectively), 8km-V̇O2RE(37.8±2, 34.24±2.3, 34.4±2, 35.7±3ml/kg/min) and 9km-V̇O2RE(38.1±3, 37.1±2, 38.9±4, 37.9±3ml/kg/min) values of the U11, U12, U13 and U14 ($p>0.05$). In both submaximal tests, it was found that the step frequency of the U11 was significantly higher and the step length was lower compared to the U14($p<0.05$). Kvert and Kleg were found to be statistically higher in U12 and U14 compared to U11 for the 8km/h test, and in U14 compared to U11 and U13 for the 9km/h test($p<0.05$). As a result, the 11 to 14 age range may not be wide enough to provide increases in aerobic endurance, while leg stiffness may develop in this age range.

SB85

FARKLI EGZERSİZ UYGULAMALARININ TİP1 DİYABETİK RATLARDA OKSİDAN–ANTİOKSİDAN VE LİPİD PROFİLİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Mustafa Bahar*, [2]Nevzat Demirci , [3]Leyla Bahar, [4]Leyla Şahin**

[1]Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstütüsü, MERSİN
[2]Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MERSİN
[3]Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstütüsü, MERSİN
[4]Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, MERSİN

***Email :** diyetuzmani@gmail.com, nevzatdemirci44@hotmail.com, leylabahar@mersin.edu.tr, leylasahin@mersin.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çalışmamızın amacı, streptozotosin (STZ) ile deneysel tip1 diyabet oluşturulan ratlarda farklı egzersiz uygulamalarının oksidan–antioksidan ve lipid profili üzerine etkilerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 48 adet yetişkin Wistar Albino erkek rat dahil edilmiştir. Hayvanlar her grupta 8 adet olmak üzere; 1.Grup: Kontrol Sedanter (KS), 2.Grup: Kontrol Sürekli Egzersiz-Yüzme (KsEy), 3.Grup: Kontrol sürekli egzersiz- Koşma (KsEk), 4.Grup: Diabetes Sedanter (DS), 5. Grup: Diabetes ve sürekli egzersiz-Yüzme (DsEy), 6.Grup: Diabetes ve sürekli egzersiz Koşma (DsEk) şeklinde altı gruba ayrıldı. Deneydeki ratların 3 grubuna intraperitoneal enjeksiyonla 45 mg/kg streptozotosin tek doz uygulanarak diyabet oluşturuldu. Tüm egzersiz gruplarına; 4 haftalık peryotta haftada üç gün 30 dakika boyunca yüzme ve koşma egzersizi yaptırıldı. Çalışmada, deneme süresi sonrasında tüm gruplardaki deneklerden alınan kan örnekleri incelenerek, serum TAS, TOS ve SOD ve plazma Trigliserid, LDL, HDL, düzeyleri belirlendi. Betimsel istatistikler ve gruplar arası karşılaştırmalarda, Kruskal Wallis H ve Mann Whitney U Testinden faydalanıldı. Bulgular: Diyabetik ratlarda uygulanan koşma ve yüzme egzersizleri; oksidan-antioksidan kapasitenin değerlendirilmesi açısından TOS değerlerini azaltarak olumlu etki yaratmış olduğu tespit edildi ($p< 0,05$). TAS ve SOD değerleri açısından anlamlı fark yaratmadığı bulundu ($p> 0,05$). Diyabetik ratlarda uygulanan koşma ve yüzme egzersizlerinin; lipid profili açısından LDL değerini düşürdüğü görüldü ($p < 0,05$), HDL ve TG değerleri açısından anlamlı olmadığı tespit edildi ($p> 0,05$).

Sonuç: Diyabetik ratlarda uygulanan koşma egzersizinde, oksidan-antioksidan kapasitenin TOS açısından anlamlı olmakla birlikte, egzersizler arasında lipid profili açısından anlamlı fark bulunamamıştır. Ancak, düzenli yüzme ve koşma egzersiz uygulamasının diyabette, antioksidan sistemi güçlendirme yönünde olumlu etki gösterebileceği ve yüzme ve koşma egzersizlerinin oksidan–antioksidan ve lipid profili bakımından birbirlerine üstünlük sağlamadığı kanaatine varıldı.

Anahtar Kelimeler: Streptozotosin, Diabetes Mellitus, Koşma ve Yüzme Egzersizi, Lipid profili, Oksidan-Antioksidan

The Effect Of Different Exercise Applications On Oxidant-Antioxidant And Lipid Profiles In Type 1 Diabetic Rats

The aim of our study is to determine the effects of different exercise applications on oxidant-antioxidant and lipid profile in rats with experimental type 1 diabetes with streptozotocin (STZ). 48 adult Wistar Albino male rats were

included in the study. The animals are 8 in each group; Group 1: Control Sedentary (KS), Group 2: Control Continuous Exercise-Swimming (KsEy), Group 3: Control continuous exercise- Running (KsEk), Group 4: Diabetes Sedentary (DS), Group 5: Diabetes and continuous exercise-Swimming (DsEy), Group 6: Diabetes and continuous exercise were divided into six groups: Running (DsEk). Diabetes was created by applying a single dose of 45 mg / kg streptozotocin by intraperitoneal injection to 3 groups of rats in the experiment. To all exercise groups; Swimming and running exercises were done for 3 days and 30 minutes in a 4-week period. In the study, after the trial period, blood samples from subjects from all groups were examined and serum TAS, TOS and SOD and plasma Triglyceride, LDL, HDL levels were determined. Descriptive statistics and cross-group comparisons used the Kruskal Wallis H and Mann Whitney U Test. Running and swimming exercises in diabetic rats; In terms of evaluating the oxidant-antioxidant capacity, it was determined that it had a positive effect by decreasing TOS values ($p < 0.05$). It was found that it did not make a significant difference in terms of TAS and SOD values ($p > 0.05$). Running and swimming exercises applied in diabetic rats; It was observed that it decreased LDL value in terms of lipid profile ($p < 0.05$), and was not significant in terms of HDL and TG values ($p > 0.05$). In conclusion, while running exercise in diabetic rats, the oxidant-antioxidant capacity was significant in terms of TOS, but there was no significant difference between the exercises in terms of lipid profile. However, it was concluded that regular swimming and running exercise practice may have a positive effect on strengthening the antioxidant system in diabetes and swimming and running exercises do not superior to each other in terms of oxidant-antioxidant and lipid profile.

Keywords: Streptozotocin, Diabetes Mellitus, Running and Swimming Exercise, Lipid profile, Oxidant-Antioxidant

SB99

SOLUNUM SİSTEMİNİN GELİŞMESİNDE HANGİSİ DAHA ETKİLİ, SPOR MU YOKSA MÜZİK Mİ?

[1]Coşkun YILMAZ, [2]Özgür BOSTANCI, [2]Ali Kerim YILMAZ, [3]Selmani ABİŞ, [4]Adem ÇEVİK

[1]Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Aydın Doğan Meslek Yüksekokulu
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Gümüşhane Üniversitesi BESYO
[4]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Email : *coskun.yilmaz@gumushane.edu.tr, bostanci@omu.edu.tr, alkrm_ylmz@omu.edu.tr, selmani.abis@gumushane.edu.tr, ad3mcevik@hotmail.com*

Çalışmaya katılan sanatçılar ve üflemeciler Samsun Opera Balesi Müdürlüğü sanatçılarından, futbolcular Samsun Atakum Belediyespor futbol takımından, Basketbolcular Samsun Anakent basketbol takımından ve dövüş sporları ise TOHM judo ve güreş takım sporcularından oluşturulmuştur. Aktif spor ve müzik hayatına devam eden gönüllerde, haftada en az 3 gün, günde 2 saat branş antrenmanı yapan katılımcılar katılmıştır. FEV1/FVC değerleri %75 altında olanlar, pulmoner hastalık öyküsü, üst solunum yolu enfeksiyonu olan, 6 yıldan daha az deneyim yılı olan katılımcılar çalışmaya dâhil edilmemiştir. Çalışmaya katılan katılımcılara MGC Diagnostics Marka CPFS/D USB Spirometre ile FEV1, FEV1/FVC, FVC, SVC, İC ve MVV kapasiteleri, MIP ve MEP'in hesaplanması için MicroRPM (CareFusion Micro Medical, Kent, UK) elektronik respiratuar basınçölçer cihazı kullanıldı. Branş ile solunum kas kuvvetinin karşılaştırılmasında MİP ve MEP değerinde basketbol ve dövüş sporlarının opera sanatçıları ile üflemeli enstrüman sanatçıları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Branşlara göre solunum fonksiyon testlerinde ise FVC, FEV1, FEV1/FVC, SVC, İC ve MVV parametrelerinde anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0,05$; Tablo 3). FEV1/FVC parametresi hariç diğer tüm parametrelerde basketbolcuların en yüksek ölçüm sonuçları verdikleri görülmüştür. Sonuç olarak, basketbol ve dövüş sporları yapmanın solunum kas kuvvetini ve solunum fonksiyon test değerlerini daha çok geliştirdiği bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Solunum sistemi, spor, müzik

Which Is More Effective In The Development Of The Respiratory System, Is Sports Or Music?

The artists and blowers who participated in the study were composed of the artists of the Samsun Opera Ballet Directorate, the footballers from the Samsun Atakum Belediyespor football team, the basketball players from the Samsun Anakent basketball team, and the combat sports from the TOHM judo and wrestling team athletes. Participants who continued their active sports and music life participated in branch training at least 3 days a week, 2 hours a day. Participants with FEV1 / FVC below 75%, a history of pulmonary disease, upper respiratory tract infection, and less than 6 years of experience were excluded from the study. MGC Diagnostics Brand CPFS / D USB Spirometer and FEV1, FEV1 / FVC, FVC, SVC, IC and MVV capacities, MicroRPM (CareFusion Micro Medical, Kent, UK) electronic respiratory pressure meter device was used to calculate MIP and MEP. In the comparison of branch and respiratory muscle strength, it was observed that there was a significant difference between opera singers of basketball and martial arts and wind instrument artists in MIP and MEP values ($p <0.05$). Significant differences were observed in the parameters of FVC, FEV1, FEV1 / FVC, SVC, IC, and MVV

in respiratory function tests according to branches ($p < 0.05$). It was observed that basketball players gave the highest measurement results in all parameters except the FEV1/FVC parameter. As a result, it was found that doing basketball and martial arts improved respiratory muscle strength and respiratory function test values more.
Key words: Respiratory system, sports, music

SB106

SPOR YAPAN VE SİGARA İÇEN GENÇLERİN AKCİĞER KAPASİTELERİ İLE NİKOTİN BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİ

***[1]BENİL KISTAK*, [1]HATİCE İLHAN ODABAŞ, [1]DUYGU KARADAĞ**

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

***Email :** benilkistak@halic.edu.tr, ilhanodabas@yahoo.com, duygukaradag@halic.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada spor yapan ve sigara içen üniversite öğrencilerinin akciğer kapasiteleri ile nikotin bağımlılığı arasındaki ilişkinin belirlenip cinsiyetler arası farklılığın olup olmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya 12 kız (yaş ortalaması: 20,08±1,08yıl; boy ortalaması: 164,00±3,57cm; vücut ağırlığı ortalaması: 55,25±5,99kg); 10 erkek (yaş ortalaması: 20,30±1,06yıl; boy ortalaması: 176,80±8,47cm; vücut ağırlığı ortalaması: 73,80±8,84kg) spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Haftada en az 3 gün, günde en az 2 saat kendi spor branşlarında düzenli antrenman yapan kişiler araştırma grubuna seçilmiştir. Katılımcıların akciğer kapasiteleri (zorlu vital kapasite (FVC), zorlu ekspirasyon hacmi (FEV1) ve tepe akım hızı (PEF)) 10:00- 12:00 saat aralığında COSMED-Pony FX marka taşınılabilir spirometre ile ölçülmüştür. Bu ölçümden sonra katılımcılardan Fagerström Nikotin Bağımlılık Testini (FNBT) tam olarak cevaplaması istenmiştir. FNBT'nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 2004'de Uysal ve arkadaşları tarafından yapılıp Türkçeye uyarlanmıştır. FNBT 6 sorudan oluşmakta olup elde edilen toplam puanlara göre nikotin bağımlılığı çok az (0-2 puan), az (3-4 puan), orta (5 puan), yüksek (6-7 puan), çok yüksek (8-10 puan) şeklinde beş grupta derecelendirilmektedir. Ölçüm odasında araştırma grubundan yalnızca bir kişi bulunmuş ve her bir kişi tek tek ölçülmüştür. Araştırmanın verileri SPSS 24.0 analiz programına kaydedilmiştir. Normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir ve normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p<0,05$). Akciğer kapasiteleri ile nikotin bağımlılık puanı arasındaki ilişki Spearman korelasyonu; cinsiyetler arası farklılık ise Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Bulgular: Kız öğrencilerin nikotin bağımlılık puanı 1,42±1,68 iken erkeklerin 1,80±1,87 bulunmuştur. Kız ve erkek öğrencilerin sırasıyla FVC 3,51±0,36 ve 5,13±0,60; FEV1 2,92±0,54 ve 4,44±0,63; PEF 4,37±1,45 ve 7,47±2,47 olarak ölçülmüştür. Akciğer kapasitelerinde cinsiyetler arası farklılık bulunurken ($p<0,05$); akciğer kapasitesi ile nikotin bağımlılık puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Üniversite öğrencilerinin nikotin bağımlılığının çok az seviyede olduğu tespit edilirken; kızların erkeklere göre daha düşük vital kapasiteye sahip olduğunu söyleyebiliriz.

THE RELATIONSHIP BETWEEN NICOTINE DEPENDENCE AND LUNG CAPACTY OF YOUTH EXERCISING AND SMOKING

Introduction and Aim: In this study, it was aimed to determine the relationship between the lung capacity of university students engaged in sports and smoking and nicotine addiction, and to determine whether there is a difference between genders. Method: The study included 12 girls (mean age: 20.08 ± 1.08 years; average height: 164.00 ± 3.57 cm; mean body weight: 55.25 ± 5.99 kg); Ten men (mean age: 20.30 ± 1.06 years; average height: 176.80 ± 8.47cm; average body weight: 73.80 ± 8.84kg) university students studying in the field of sports sciences voluntarily participated. The people who regularly train at least 3 days a week, at least 2 hours a day in their sports were selected for the study group. Lung capacities (forced vital capacity (FVC), forced expiratory

volume (FEV1) and peak expiratory flow (PEF)) of the participants were measured with a COSMED-Pony FX brand portable spirometer between 10:00 and 12:00 hours. After this measurement, the participants were asked to fully answer the Fagerström Nicotine Dependence Test (FNDT). The validity and reliability study of FNDT was carried out by Uysal et al. In 2004 and adapted to Turkish. FNBT consists of 6 questions and according to the total scores, nicotine addiction is very low (0-2 points), low (3-4 points), medium (5 points), high (6-7 points), very high (8-10 points) are graded in five groups. Only one person from the research group was found in the measurement room and each person was individually measured. The data of the study were recorded in the SPSS 24.0 analysis program. Conformity to normal distribution was evaluated by the Shapiro-Wilk test and it was found that it did not show a normal distribution ($p < 0.05$). Relationship between lung capacities and nicotine dependence score Spearman correlation; Differences between genders were analyzed with the Mann-Whitney U test. The level of significance was set at $p<0.05$.

Results: Female students 'nicotine addiction score was 1.42±1.68, while the boys' score was 1.80±1.87. FVC values of female and male students, respectively, 3.51±0.36 and 5.13±0.60; FEV1 values are 2.92±0.54 and 4.44±0.63; PEF values were measured as 4.37±1.45 and 7.47±2.47. While there is a gender difference in lung capacity ($p<0.05$); No statistically significant relationship was found between lung capacity and nicotine addiction score ($p>0.05$).

Conclusion: While it was determined that the nicotine addiction of university students is very low; although their lung capacity is normal, we can say that girls have lower vital capacity than boys.

SB192

AEROBİK KAPASİTE TESTİ SONRASINDA KALP ATIM HIZI DEĞİŞKENLİĞİNİN NON-İNVAZİF KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Tuncay ALPARSLAN*, [2]Ramiz ARABACI**

[1]Hava Kuvvetleri Komutanlığı Uçucu Sağlığı Araştırma Ve Eğitim Merkezi Başkanlığı ESKİŞEHİR
[2]Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi BURSA

***Email :** tuncayalparslan@hotmail.com, ramizarabaci@hotmail.com*

Kalp bir metronom gibi çalışmaz, zamanlar her iki kalp atışı arasında farklılık gösterir ve buna kalp atış hızı değişkenliği (HRV) denir. HRV, egzersiz vb. durumlara yanıt veren kalp ritimleri oluşturma yeteneği olarak tanımlanır. HRV, insan performansını sempatik aktiviteye karşı vagal tonu ölçmeye yardımcı olan nesnel bir işarettir. Bu araştırmanın amacı, VO2max testinden sonra HRV parametrelerindeki değişiklikleri incelemekti. 74 sağlıklı erkek katılımcılar araştırma için gönüllü oldu. Altı katılımcı programlarının yoğun olması nedeniyle bu çalışmadan çıkarıldı. Nihai örnek 68 kişiden oluşuyordu (ortalama yaş = 30.5 ± 4.7 yıl, yükseklik = 177.8 ± 6.4 cm; ağırlık = 80.3 ± 10.1 kg). Testler iki ay boyunca hafta içi farklı günlerde 2-4 kişilik gruplar halinde yapıldı. Ölçümler sırasında, gönüllülerin algılanan efor derecesi Borg ölçeği kullanıldı ve istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi. VO2max ile SDNN, RMSSD, PNN50 ($p<0.01$) ve HF ($p<0.05$).arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardı. Daha önce VO2max testi sırasında yapılan HRV çalışmalarına rastladık; Poehling, kız ve erkek çocuklarda maksimal ve submaksimal egzersizlerde parasempatik modülasyonun düzenleyici etkisini araştırırken, Levis ve ark. maksimal ve submaksimal egzersizin HRV üzerine etkisini araştırmışlardır. Hautala ve ark. bisiklet testlerinde artan yoğunlukta HRV durumunu incelemiştir. Daha önce VO2max testinden kısa bir süre sonra 5 dakika süreyle laboratuvar ortamında kaydedilen HRV ile aerobik kapasite arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmaya rastlamadık. Çalışmamızın sonucu göstermiştir ki; aerobik kapasite seviyesine göre testten sonra 5 dakika boyunca kaydedilen HRV değişiklikleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmaktadır. Aerobik kapasite performansı daha yüksek olanlarda, bu değerlere sahip olanlar lehine anlamlıdır. Bu sonuçlara göre, HRV'nin performans belirleme özelliğine sahip olduğu sonuçlar desteklenmektedir.

Comparison Of Aerobic Capacity And Non-Invasive Measured Heart Rate Variability After Testing

The heart does not work like a metronome, times differ between both heartbeats and this is called heart rate variability (HRV). HRV, exercise etc. It is described as the ability to create heart rhythms that respond to situations. HRV is an objective sign that helps understand human performance as a measure of vagal tone versus sympathetic activity. The aim of this research was to investigate changes in HRV parameters after the VO2max test. 74 healthy male participants volunteered for the research. Six participants were excluded from the present study due to their busy schedules. The final sample comprised 68 individuals (mean age = 30.5 ± 4.7 years, height = 177.8 ± 6.4 cm; weight = 80.3 ± 10.1 kg). The tests were performed in groups of 2 or 4 participants on different days on weekdays for two months. During the measurements, the rating of perceived exertion of the volunteers was determined using the Borg scale and, the level of significance was set at $p<0.05$. There is a statistically significant relationship between VO2max and SDNN, RMSSD, PNN50 ($p<0.01$) and HF ($p<0.05$). We have encountered case studies before during the VO2max test; Poehling investigated the effect of maximal and submaximal exercise on HRV while investigating the regulatory effect of parasympathetic modulation in maximal and submaximal exercises in girls and boys Levis et al. and Hautala et al. monitored the

state of HRV with increasing intensity in cycling tests. We have not encountered a study investigating the relationship between HRV and aerobic capacity, which was previously recorded in the laboratory environment for 5 minutes shortly after the VO2max test. The result of our study has shown that; There is a statistically significant difference between HRV changes recorded for 5 minutes after the test according to the aerobic capacity level.

SB252

AKUT EGZERSİZİN MENSTRÜAL DÖNGÜ VE SİRKADİYEN RİTME GÖRE BİYOELEKTRİK İMPEDANS YÖNTEMİ ILE BELİRLENEN VÜCUT KOMPOZİSYONU ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Tuğba Nilay KULAKSIZ*, [2]Mehmet Gören KÖSE, [3]Ferhat ESATBEYOĞLU, [2]Yunus Emre EKİNCİ, [2]Ayşe KİN İŞLER, [2]Tahir HAZIR

[1]Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Ankara.
[2]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, Hareket Ve Antrenman Bilimleri ABD, Ankara
[3]Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi ABD, Ankara.

***Email :** nlykulaksiz@gmail.com, goren.kose@gmail.com, ferhatesatbeyoglu@hotmail.com, yunus.ekinci@hacettepe.edu.tr, aysekin@gmail.com, tahirhazir@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Akut aerobik ve anaerobik egzersizin biyoelektrik impedans yöntemi ile belirlenen vücut kompozisyonu üzerine anlamlı bir etkisi saptanmamıştır ancak menstrüal döngü ve sirkadiyen ritim gibi iki biyolojik döngü ile beraber akut egzersizin impedans metodolojisi üzerine etkisi açık değildir. Bu çalışmanın amacı, akut anaerobik egzersizin menstrüal döngü ve sirkadiyen ritme göre biyoelektrik impedans yöntemi ile belirlenen vücut kompozisyonu üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Düzenli menstrüal döngüye (menstruasyon gün: 28.7 ± 2.05 gün) sahip 10 gönüllü kadının (Yaş = 21.4 ± 2.6 Yıl) menstrüal döngünün midfoliküler (7 – 9. günler) ve luteal (21 – 23. günler) fazlarında sabah (08:30 – 10:00) ve akşam (18:00 – 19:00) bisiklet ergometresinde 5 x 6 saniye tekrarlı sprint testinden önce ve hemen sonra (1. dakika), 10. ve 20. dakikalarda ayaktan ayağa biyoelektrik impedans yöntemi (BIA_AA) ile vücut kompozisyonu belirlenmiştir. Biyolojik döngüler esnasında akut egzersizin impedans (IMP), vücut ağırlığı (VA), vücut yağ yüzdesi (VYY), yağ kütlesi (YK) ve yağsız vücut kütlesi (YVK) üzerine etkisi için 2 x 2 x 4 (faz x zaman x ölçüm) Tekrarlı Ölçümlerde Çok Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Menstrüal döngünün ve sirkadiyen ritimin BIA_AA metodu ile ölçülen vücut kompozisyonu değişkenleri üzerine anlamlı bir etkisi saptanmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık egzersiz öncesi ile karşılaştırıldığında egzersiz sonrasında ölçülen vücut kompozisyonu değişkenleri anlamlı derecede farklıdır ($p<0.05$). Vücut kompozisyonu değişkenleri üzerine faz x zaman ($p<0.05$), faz x ölçüm ($p>0.05$), zaman x ölçüm ($p>0.05$) ve faz x zaman x ölçüm ($p>0.05$) etkileşim istatistikleri de anlamlı bulunmamıştır. Sonuç: Bu çalışmanın bulguları BIA_AA metodu ile ölçülen vücut kompozisyonunun menstrüal döngü ve sirkadiyen ritimden etkilenmediğini ancak yüksek şiddette egzersizin anlamlı değişime neden olduğunu göstermiştir. Ek olarak etkileşim istatistiklerinin anlamlı olmaması egzersiz sonrasında meydana gelen değişimlerin hem menstrüal döngünün fazlarında hem de günün farklı zamanlarında benzer olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Menstrual Döngü, Sirkadiyen Ritim, Biyoelektrik İmpedans, Vücut Kompozisyonu, Anaerobik Egzersiz.

Effects Of Acute Exercise On Body Composition Determined By Bioelectrical Impedance According To Menstrual Cycle And Circadian Rhythm

Introduction and Aim: There are no evidence about the significant effects of acute aerobic and anaerobic exercise on body composition determined by bioelectrical impedance method and the effects of acute exercise on impedance methodology along with two major biological cycles such as menstrual cycle(MC) and circadian rhythm(CR) is not clear. Therefore, the aim of this study was to examine the effects of acute anaerobic exercise on body composition determined by bioelectrical impedance method according to MC and CR. Methods: Ten eumenorrheic women (menstrual cycle: 28.7±2.05 d, Age: 21.4±2.6 yrs) performed 5 x 6 sec repeated sprints on cycle ergometer in the morning (08:30 – 10:00) and evening (18:00–19:00) sessions during the midfollicular (7–9th days of MC) and luteal phases (21–23rd days of MC) of the MC. Body composition was measured by foot to foot bioelectrical impedance(BIA_FF) method before and 1, 10 and 20 minutes after repeated sprint tests. The effects of acute exercise on impedance(IMP), body mass(BM), body fat percentage (BF%), fat mass(FM), fat free mass(FFM) during biological cycles were analyzed by 2x2x4 (phase x time x measurement) repeated measures analysis of variance.

Results: There were no effects of MC and CR on body composition variables that measured by BIA_FF method ($p>0.05$). However, there are significant differences between before and after repeated sprint test measurements of body composition variables ($p<0.05$). In addition, effects of phase x time ($p<0.05$), phase x measurement ($p>0.05$) and phase x time x measurement ($p>0.05$) interactions on body composition variables were similar between measurements.

Conclusion: Results of this study showed that BIA_FF method was not affected by MC and CR while high intensity exercise caused significant change in body composition. In addition, insignificant interaction statistics showed that changes occurring after exercise were similar in MC phases and different times of day.

Key Words: Menstrual Cycle, Circadian Rhythm, Bioelectrical Impedance, Body Composition, Anaerobic Exercise.

SB270

DEPRESYON ŞİDDET DERECESİ EGZERSİZ KAPASİTESİ ILE ILİŞKİLİ MİDİR?

[1]Figen Dağ

[1]Mersin Üniversitesi, Mersin

Depresyon kardiyovasküler ve metabolik hastalıkların gelişimi için ortak bir risk faktörüdür. Depresyonu olan kişilerde, depresyonu olmayanlara göre kardiyorespiratuvar uygunluğun azaldığı bildirilirken, bazı çalışmalar yüksek kardiyorespiratuvar uygunluğun depresyon gelişimine karşı koruduğunu göstermiştir. Ancak bazı araştırmalarda kardiyorespiratuvar uygunluğun depresyon belirtileri ile ilişkili olmadığı bildirilmiştir. Özellikle gençlerde egzersiz kapasitesi ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, depresyon belirtisi olan ve olmayan genç erişkinlerde egzersiz kapasitesi ve yaşam kalitesini değerlendirmek ve egzersiz kapasitesi ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir.

Yöntem: Bu çalışma, 95 sedanter sağlıklı genç kadının katılımıyla gerçekleşti. Gönüllüler beck depresyon anketi kullanılarak depresyon şiddeti skorlarına göre, depresyon olmayan (Grup 1, yaş: 20.33±2.16 yıl; kilo: 53.77 ±7.78 kg; boy:1.62±0.05 m: beden kitle indeksi:20.38±2.56 kg/m2), hafif depresyon (Grup 2, yaş: 19.59±1.75 yıl; kilo: 57.06 ±8.88 kg; boy:1.60±0.05 m: beden kitle indeksi:22.12±2.98 kg/m2) ve orta ve şiddetli depresyon (grup 3 yaş: 19.92±0.87 yıl; kilo: 55.79 ±7.74 kg; boy:1.60±0.05 m: beden kitle indeksi:21.71±2.78 kg/m2) olarak 3 gruba ayrıldı. Yaşam kalitesi Kısa Form-36 (SF-36) ile değerlendirildi. Egzersiz kapasitesi kol ergometresi kullanılarak ölçüldü.

Bulgular: Oksijen tüketimleri (VO2peak) bakımından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar vardı [Grup1 (25,20 ± 4,05ml/kg/dk)- Grup2 (22,52 ± 3,98 ml/kg/dk), p <0,05; Grup1 (25,20 ± 4,05ml/kg/dk) -Grup 3 (21,89 ± 2,27 ml/kg/dk), p <0,01)]. Bununla birlikte, SF-36 skorları bakımından gruplar arası anlamlı farklılıklar tespit edildi (p <0,05). Beck depresyon puanları ile VO2peak arasında anlamlı negatif bir ilişki bulundu (r = -38, p <0.01).

Sonuç: Çalışmamız, sedanter kız öğrencilerde yüksek düzeydeki depresif belirtilerin düşük egzersiz kapasitesi ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Is Depressive Symptom Level Associated With Exercise Capacity?

Depression is a common risk factor for the development of cardiovascular and metabolic disease. While it was reported that people with depression have decreased cardiorespiratory fitness when compared to people without depression, some studies have indicated that high cardiorespiratory fitness protects against to development of depression. However, in some research it was reported that cardiorespiratory fitness is not related with depression symptoms. There is a lack of studies examining the relationship between exercise capacity and depressive symptoms especially among young people. Therefore, the purpose of the present study was to evaluate the exercise capacity objectively and quality of life in young adults with and without depression symptoms and to assess the relationship between exercise capacity and depressive symptoms.

Methods This study was conducted with the participation of 95 healthy young sedentary women. Participants divided into 3 groups according to the depression severity scores of the volunteers using the Beck Depression Index questionnaire; non-depression (Group 1, age: 20.33 ± 2.16 years; body weight: 53.77 ± 7.78 kg; height:

1.62 ± 0.05 m: body mass index: 20.38 ± 2.56 kg / m2), mild depression (Group 2, age: 19.59 ± 1.75 years; body weight: 57.06 ± 8.88 kg; height: 1.60 ± 0.05 m: body mass index: 22.12 ± 2.98 kg / m2) and moderate to severe depression (group 3 age: 19.92 ± 0.87 year; body weight: 55.79 ± 7.74 kg; height: 1.60 ± 0.05 m: body mass index: 21.71 ± 2.78 kg / m2). Quality of life was assessed with Short Form-36 (SF-36). Exercise capacity was measured using an arm crank ergometer.

Results There were significant differences among 3 groups in terms of VO2peak [Group1 (25,20±4,05ml/kg/min)-Group2 (22,52±3,98ml/kg/min), $p<0.05$; Group1 (25,20 ± 4,05ml/kg/dk) -Group3 (21,89±2,27ml/kg/min), $p<0.01$)], and SF-36 scores ($p<0.05$). In addition, a significant negative correlation was found between Beck depression scores and VO2peak ($r=-38$, $p<0.01$).

Conclusion Our study demonstrated that high levels of depressive symptoms are associated with low levels of exercise capacity in sedentary females.

SB298

PROFESYONEL KİCK BOKS SPORCULARINDA ALFA AKTİNİN-3 (RS1815739) POLİMORFİZMİNİN DAĞILIMI

***[1]Tolga POLAT*, [1]Özlem Özge YILMAZ, [2]Canan SERCAN DOĞAN, [1]Başak Funda EKEN, [3]Aysun SAVCI, [1]Beste TACAL ASLAN, [4]Şehkar OKTAY , [1]Korkut ULUCAN**

[1]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye
[2]Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik Ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, Üsküdar, İstanbul
[3]Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Nörobilim Yüksek Lisans, Üsküdar, İstanbul
[4]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyokimya Bölümü, İstanbul, Türkiye

***Email :** tolgapolat.mbg@gmail.com*

GİRİŞ: Yapılan çalışmalar, sporcuların genetik yapılarının atletik performanslarına olan katkılarını göstermiştir. Atletik performans, sporcuların genetik ve çevresel faktörlerine bağlıdır. Spor genetiği çalışmaları, atletik performansı etkileyen genlerin tanımlanmasına yönelik kapsamlı bir araştırmayı içerir. Bu araştırma kapsamında kas fizyolojisine etki eden gen bölgeleri büyük önem taşımaktadır. Bu nedenle alfa aktinin-3 (ACTN3) geni atletik performans hakkında bilgi verirken ve yatkınlık konusunda yorum yaparken büyük katkı sağlamaktadır. Bu çalışmada, kick boks grubunda alfa aktinin-3 (ACTN3) rs1815739 polimorfizminin dağılımını incelemeyi amaçladık.

MATERYAL-METOT: Çalışmamıza 12 profesyonel kick boks sporcusu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan swap örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. ACTN3 genotiplemeleri gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR: ACTN3 analizinde 12 kickboks sporcusundan 4'ü (%33,3) RR, 4'ü (%33,3) RX ve 4 sporcu da (%33,3) XX genotipinde olduğu belirlenmiştir. Allel dağılımları incelendiğinde R alleli ve X alleli %50 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

TARTIŞMA: Çalışma kohortumuzda ACTN3 (rs1815739) polimorfizminde genotiplerin ve allelerin birbirlerine eş baskın olduğu saptanmıştır. ACTN3 R allelinin patlayıcı güç fenotipi ile ilişkili olduğunu ve X allelininde dayanıklılık fenotipi ilişkili olduğunu düşünmekteyiz. Aynı zamanda ACTN3 rs1815739 polimorfizminin sporcu performansı üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Distribution Of Alpha Aktin-3 (Rs1815739) Polymorphism In Professional Kick Boxing Athletes

INTRODUCTION: Studies have shown the contribution of athletes' genetic makeup to their athletic performance. Athletic performance depends on athletes' genetic and environmental factors. Sports genetics studies include extensive research into identifying genes that affect athletic performance. Within the scope of this research, gene

regions that affect muscle physiology are of great importance. Therefore, the alpha actin-3 (ACTN3) gene makes a great contribution when providing information about athletic performance and commenting on predisposition. In this study, we aimed to examine the distribution of alpha actin-3 (ACTN3) rs1815739 polymorphism in kickboxing group.

MATERIALS-METHODS: 12 professional kickboxers participated in our study. DNA isolation from swap samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. ACTN3 genotypes were performed with real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol.

RESULTS: In ACTN3 analysis, it was determined that 4 (33.3%) of 12 kickboxers were in the RR genotype, 4 (33.3%) were RX and 4 (33.3%) were XX genotype. When allele distributions were examined, it was observed that the R allele and X allele were in 50%.

DISCUSSION: In our study cohort, it was found that genotypes and alleles were equally dominant in ACTN3 (rs1815739) polymorphism. We think that the ACTN3 R allele is associated with the explosive power phenotype and the resistance phenotype in the X allele is related. At the same time, more studies with athletes from different branches are needed to reveal the effect of ACTN3 rs1815739 polymorphism on athlete performance.

SB300

PROFESYONEL VÜCUT GELİŞTİRİCİLERDE ALFA AKTİNİN-3 (Rs1815739) VE ANJİYOTENSİN DÖNÜŞTÜREN ENZİM IN/DEL POLİMORFİZMLERİNİN DAĞILIMI

[1]Korkut ULUCAN, [1]Tolga POLAT, [1]Özlem Özge YILMAZ, [2]Canan SERCAN DOĞAN, [2]Gözdem KARAPINAR, [2]İpek YÜKSEL GÖZLER, [1]Beste TACAL ASLAN

[1]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye
[2]Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik Ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, Üsküdar, İstanbul

Email : *korkutulucan@hotmail.com*

GİRİŞ: Başarılı sporcuların genetik profillerinin belirlenmesi ve bu genetik parametrelerin atletik performans üzerindeki artan etkileri giderek büyük bir ilgi görmektedir. Spor genetiği ile ilgili çalışmaların çoğu, genellikle sporcularda ilişkili en iyi bilinen genetik varyasyonları analiz eder. Bu çalışmanın amacı, Türk vücut geliştiricilerinde ACE In/Del ve ACTN3 rs1815739 polimorfizmlerini analiz etmekti. Bu polimorfizmler için toplam 11 erkek vücut geliştiricisi katıldı ve genotiplendi.

MATERYAL-METOT: Çalışmamıza 11 erkek vücut geliştiricisi katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan ağız içi epitel hücre örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. ACTN3 genotiplemeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir. ACE InDel genotiplemesi için PZR tekniği kullanılmış ardından da UV ışık altında jel görüntüleri yorumlanmıştır.

BULGULAR: ACE II, ID ve DD genotiplerinin yüzdesi sırasıyla 18, 73 ve 9 idi. ACTN3 genotipi için ilgili yüzdeler, RX ve RR genotipleri için 55 ve 45 idi. Çalışma Kohortumuzda XX genotipine rastlanmamıştır. Allelik sayımlar, ACE'nin D allelli için 12 (% 55), I için ve 10 (% 45) idi; ve ACTN3 genotipi için R ve X allelleri için sırasıyla 12 (% 55) ve 10 (% 45). Ek olarak, 5 sporcu sırasıyla ACE InDel ve ACTN3 rs1815739 polimorfizmlerinin kombinasyonları olarak ID + RX genotiplerine sahipti. Bu sonuçlar, vücut geliştiricilerde ACE ve ACTN3'ün dayanıklılıkla ilgili allellerinin önemini göstermektedir.

TARTIŞMA: Bu sonuçlar, vücut geliştiricilerde ACE ve ACTN3'ün dayanıklılıkla ilgili allellerinin önemini göstermektedir. Şimdinin sonuçları, belirli polimorfizmler ile vücut geliştiricilerin dayanıklılıkla ilgili doğası arasındaki potansiyel bir ilişkiyi vurgulayan önceki çalışmalarla uyumludur. Bu polimorfizmler ve vücut geliştiricilerdeki belirli parametreler performansı arasındaki ilişkiyi anlamak için daha büyük kohortlarla daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir.

Distribution Of Alpha Actin-3 (Rs1815739) And Angiotensin Converting Enzyme In / Del Polymorphisms In Professional Bodybuilders

INTRODUCTION: The determination of the genetic profiles of successful athletes and the effects of these genetic parameters on athletic performance is gaining increasing interest. The majority of studies assessing the genetics of athletes usually analyze the most well-known genetic variations in athletes associated with the different specialties. The aim of the present study was to analyse the ACE InDel and ACTN3 rs1815739 polymorphisms in Turkish bodybuilders. A total of 11 male bodybuilders were recruited and genotyped for these polymorphisms.

MATERIALS-METHODS: 11 male bodybuilders participated in our study. DNA isolation from intraoral epithelial cell samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. Real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol was used for ACTN3 genotypes. PCR technique was used for ACE InDel genotyping and then gel images were interpreted under UV light.

RESULTS: Percentage of ACE II, ID and DD genotypes were 18, 73 and 9, respectively. The respective percentages for the ACTN3 genotype were 55 and 45 for the RX and RR genotypes. No XX genotype was found in our Study Cohort. Allelic counts were 12 (55%) for the D allele of ACE, and 10 (45%) for I; and 12 (55%) and 10 (45%) for the R and X alleles for the ACTN3 genotype, respectively. In addition, 5 athletes had ID + RX genotypes as combinations of the ACE InDel and ACTN3 rs1815739 polymorphisms, respectively. These results demonstrate the importance of endurance alleles of ACE and ACTN3 in bodybuilders.

DISCUSSION: These results demonstrate the importance of endurance alleles of ACE and ACTN3 in bodybuilders. The results now are in line with previous studies highlighting a potential relationship between specific polymorphisms and the endurance nature of bodybuilders. Further studies with larger cohorts are needed to understand the relationship between these polymorphisms and performance of certain parameters in bodybuilders.

SB332

NORMOBARİK ORTAMDA HİPOKSİK KOŞULLARDA UYGULANAN YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMANIN ANTİOKSİDANLAR ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Mustafa Şakir Akgül*, [2]Mitat Koz**

[1]Kastamonu Üniversitesi, KASTAMONU
[2]Ankara Üniversitesi, ANKARA

***Email :** msakirakgul@gmail.com, mkoz@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Son dönemlerde gerek sağlık gerekse performans perspektifinde olumlu etkileri olduğu bildirilen yüksek şiddetli interval antrenmanların, antioksidan savunma sistemleri üzerindeki etkileri net olarak ortaya konamamıştır. Bu alanda literatürde var olan eksiklik dolayısıyla bu çalışma, normobarik ortamda hipoksik ve normoksik koşullarda uygulanan, yüksek şiddetli interval antrenmanın, oksidatif stres göstergelerinden (malondialdehit [MDA], katalaz [CAT], glutatyon peroksidaz [GPX], süperoksit dismutaz [SOD]) üzerine etkilerini araştırmaktadır.

Yöntem: Çalışmaya benzer egzersiz alışkanlıkları olan 16 (yaş 23.50 ± 2.52 yıl) erkek üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar rastgele olarak iki gruba ayrılmış bir grup normobarik ortamda normoksik koşullarda (laboratuvar ortamında) diğer grup ise yine normobarik ortamda hipoksik koşullarda 2500m (simule edilmiş irtifa) 8 hafta haftada 3 gün olmak üzere wingate temelli yüksek şiddetli interval antrenman metodunu uygulamışlardır. Antioksidan göstergeleri çalışmanın başında, 4. haftasında ve 8. haftasında olmak üzere 3 kez çalışılmıştır. Çalışma başlangıcında gruplar arası başlangıç (temel) antioksidan göstergeleri arasındaki farklılıklar Independent Sample T-Test ile hesaplanmıştır. Daha sonra 3 ölçüm sonuçlarının karşılaştırılması için two way repeated measures ANOVA kullanılmıştır. Katılımcılar çalışma boyunca rutin diyet programlarını uygulamış ve antioksidan içeren vitamin tabletleri almamışlardır.

Bulgular: Ön testlerde oksidatif stres göstergelerinin tamamında gruplar arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Tekrarlayan ölçümlerde, SOD (p=0.230), CAT (p=0.736), GPX (p=0.517), and MDA (p=0.596), parametrelerinde anlamlı değişiklik gözlemlenmemiştir.

Sonuç: 8 hafta sonunda SOD ve GPX parametrelerinde yüzdesel artışlar gözlemlenmiş olup, bu artışların hipoksik ne normoksik koşullardan etkilenmediği tespit edilmiştir.

EFFECT OF HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING UNDER HYPOXIC CONDITIONS IN A NORMOBARIC ENVIRONMENT ON ANTIOXIDANT STATUS

Introduction and Objective: The effects of high intensity interval exercises on antioxidant defense system are not clear. Since there is an evident lack of studies focused on oxidative stress in moderately trained males following high intensity interval training, we investigated oxidative stress markers (malondialdehyde [MDA], catalase [CAT], glutathione peroxidase [GPX], superoxide dismutase [SOD]) by completing a high intensity interval training program (HIITP) under hypoxic and normoxic conditions in a normobaric environment.

Yöntem: The study was carried out on moderately trained males who had regular exercising habits. The participants completed 8-week wingate based high intensity interval training under normoxic and hypoxic

conditions (2500 m.) in the normobaric environment. They were instructed to maintain their normal dietary practices during the study not to take any antioxidant containing vitamin tablets.

Results: The interaction effect (time×group) for SOD ($p=0.230$), CAT ($p=0.736$), GPX ($p=0.517$), and MDA ($p=0.596$), revealed no significant change in repeated response.

Conclusion: Although 8 weeks of high-intensity interval training significantl affected only SOD and GPX ($p<0.05$), the normoxic and hypoxic conditions did not present any significant change between treatments.

SB353

EGZERSİZ SIRASINDAKİ SUBSTRAT OKSİDASYONU VE DAYANIKLILIK KAPASİTESİ ILE İRİSİN, PREPTİN VE ADROPİN ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Muhammed Mustafa Atakan*, [1]Şükran Nazan Koşar, [1]Hüseyin Hüsrev Turnagöl**

[1]Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** muhammed.atakan@hacettepe.edu.tr, nazank@hacettepe.edu.tr, deniz@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: İrisin, preptin ve adropin sitokinleri, son yıllarda bulunmuş ve enerji metabolizmasında rol oynadıkları ortaya konmuştur. İrisin; kas ve adipoz dokudan salgılanarak enerji harcamasını arttıran, preptin; pankreasın beta hücrelerinden salgılanan ve insülinin salınımını uyaran, adropin ise; hem karaciğer hem de beyin dokusundan salgılanarak lipit metabolizmasında rol oynayan moleküllerdir. Bu moleküllerden özellikle irisin ve adropinin metabolizmadaki rolleri üzerine çeşitli çalışmalar yapılmış olmasına rağmen, bu moleküllerin dinlenik düzeyleri ile egzersiz sırasındaki yağ ve CHO oksidayonu ile dayanıklılık kapasitesi arasındaki ilişki bilinmemektedir. Bu nedenle bu araştırmanın amacı egzersiz sırasındaki substrat oksidasyonu ve dayanıklılık kapasitesi ile irisin, preptin ve adropin arasındaki ilişkiyi belirlemektedir.

Yöntem: Araştırmaya 30 genç sağlıklı erkek katılmıştır. Katılımcılar sırasıyla maksimal oksijen tüketimi (VO2max), dayanıklılık kapasitesi ve submaksimal egzersiz (60 dk) testlerine katılmışlardır. Submaksimal egzersiz sırasında toplanan solunumsal verilerden egzersiz sırasındaki yağ ve CHO oksidasyonu Frayn tarafından geliştirilmiş formülle hesaplanmıştır. Tüm testler bisiklet ergometresi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan egzersiz testlerinden önce ve son egzersiz testinden 60 saat sonra dinlenik kan örnekleri toplanmış ve ELISA yöntemiyle irisin, preptin ve adropin düzeyleri belirlenmiştir. Verilerin analizinde Pearson korelasyon yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: İrisin düzeyleri ile submaksimal egzersiz sırasındaki CHO oksidasyonu arasında negatif ($r=-0.431$, $p=0.02$), yağ oksidasyonu arasında ise pozitif korelasyon bulunmuştur ($r=0.390$, $p=0.03$). Ayrıca irisin ile relatif VO2maks değerleri arasında pozitif ilişki bulunmuştur ($r=0.427$, $p=0.02$). Tükenme zamanı ile irisin arasındaki ilişki ise anlamlı değildir ($r=0.226$, $p>0.05$). Adropin ve preptin sitonkinlerinin egzersiz sırasındaki CHO ve yağ oksidasyonu ile arasında anlamlı ilişki bulunmaziken ($p>0.05$), hem preptin ($r=0.516$, $p=0.005$) hem de adropin ($r=0.450$, $p=0.01$) VO2maks ile pozitif anlamlı ilişki göstermiştir. Ayrıca preptin ile tükenme zamanı arasında da anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur ($r=0.382$, $p=0.03$). Sonuç olarak bu çalışmanın bulguları, irisin, preptin ve adropin moleküllerinin aerobik kapasite ile pozitif yönde ilişkili olduğunu, irisinin ayrıca egzersiz sırasındaki yağ ve CHO oksidasyonuyla da ilişkisi olduğunu göstermiştir.

The Correlation Between Substrate Oxidation During Exercise And Endurance Capacity With Irisin, Preptin, And Adropin

Background and Aim: Irisin, preptin and adropin discovered in recent years are known to play a role in energy metabolism. Irisin increases energy expenditure by being secreted from muscle and adipose tissue, preptin is secreted from the beta cells of the pancreas and stimulates the release of insulin; adropin is secreted from both liver and brain tissue and plays a role in lipid metabolism. Despite various studies on the roles of these molecules in metabolism, the association between resting levels of these molecules and substrate oxidation during exercise and endurance capacity remains unknown. Therefore, we aimed to determine the relationship between substrate oxidation during exercise and endurance capacity with irisin, preptin and adropin.

Method: The study included thirty healthy males who performed a maximal oxygen consumption (VO2max), endurance capacity, and submaximal exercise (60 min) test. Substrate oxidation during exercise was calculated from the respiratory data collected. All tests were carried out on a cycle ergometer. Resting blood samples were collected from participants before exercise tests and 60 hours after the last exercise test, and irisin, preptin and adropin levels were determined by ELISA. Pearson correlation method was used in the analysis of the data.

Results and Conclusion: There was a negative correlation between irisin and CHO oxidation ($r=-0.431$, $p=0.02$), and a positive correlation between fat oxidation ($r=0.390$, $p=0.03$). A positive correlation was found between irisin and VO2max ($r=0.427$, $p=0.02$). The correlation between time to exhaustion and irisin is not significant ($r=0.226$, $p>0.05$). While there was no significant correlation between adropin and preptin with CHO and fat oxidation ($p>0.05$), both preptin ($r=0.516$, $p=0.005$) and adropin ($r=0.450$, $p=0.01$) were associated with VO2max. In addition, there was significant positive correlation between preptin and time to exhaustion ($r=0.382$, $p=0.03$). In conclusion, irisin, preptin and adropin are positively associated with aerobic capacity, and irisin is also associated with substrate oxidation during exercise.

SB452

8 HAFTA DAYANIKLILIK VE DIRENÇ ANTRENMANLARININ TİP 2 DİYABETİK KADINLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

***[1,2]Niloofar Ghadamyari*, [2]Mohammad-Reza Zolfaghari, [3]Javad Tolui-Azar**

[1]Ankara Üniversitesi,Spor Bilimler Fakultesi,Sağlık Bilimler Ana Bilim Dalı, Ankara
[2]Urmia University, Faculty Of Physical Education And Sport Sciences. Urmia, Iran
[3]Urmia University, Faculty Of Physical Education And Sport Sciences. URMIA, IRan

***Email :** Niloofar.ghadamyari20@gmail.com, Niloofar.ghadamyari20@gmail.com, zolfaghari60@gmail.com, . j.tolouei@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, dayanıklılık antrenmanı ve direnç antrenmanının tip 2 diyabetik kadınlarda FGF23 ve KLOTHO düzeylerine etkisini araştırmaktır. Yöntem: 24 tip 2 diyabetik kadın rastgele 3 gruba (n = 8), aerobik eğitimine, direnç eğitimine ve kontrole ayrıldı. VO2max'ı belirledikten sonra, Bruce test eğitimi ve 1-RM kullanarak, eğitim grupları haftada üç seans olmak üzere 8 hafta boyunca eğitim aldı. ELISA kitleri kullanılarak FGF2 ve S-KLOTHO'nun serum seviyeleri ölçülmüştür. Bu çalışmada, ön test değişikliklerini son test ile karşılaştırmak ve eğitim ve kontrol grupları arasında karşılaştırma yapmak için T testi ve tek yönlü ANOVA kullandık. Veriler, SPSS yazılım versiyonu 22 ve anlamlı düzeyde (P <0.05) analiz edildi.

Bulgular: Aerobik eğitim grubundaki t-testi sonuçları, aerobik eğitim grubunda S-KLOTHO ve FGF23 değerlerinin anlamlı olarak arttığını (p = 0,002 ve p = 0,001), HBA1C ve insülin direnci değerlerinin anlamlı olarak azaldığını gösterdi. (p = 0,016 ve p = 0,001). ANOVA testi, 8 haftalık müdahale sonrası deney gruplarında S-KLOTHO değerleri arasında anlamlı bir fark olduğunu gösterdi (p = 0.001 ve F = 23.1706).

Çıkarımlar: İster aerobik antrenman modalitesi ister direnç antrenman modalitesi olsun egzersiz süresini arttırmanın S-KLOTHO ve FGF23'ün serum faktörlerini arttırmada etkili olduğu görülmektedir. Bu faktörlerin artması, kardiyovasküler hastalık için risk faktörlerinde önemli bir azalma (Lipid profilleri ve insülin direnci) ile kardiyo koruyucu etkilere sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik Egzersizler, FGF23, DM 2, S-KLOTHO

Kaynaklar: Avin KG, Coen PM, Huang W, Stolz DB, Sowa GA, Dube JJ, et al (2014) Skeletal muscle as a regulator of the longevity protein, KLOTHO. Front Physiol. Barnes J, Duncan D, Kurundkar D, Hutcheson S, Logsdon N, Locy M, et al (2018) Role of the Anti-Aging Hormone Klotho in Idiopathic Pulmonary Fibrosis. C72 Pulmonary fibrosis: Mechanisms and models: American Thoracic Society; p. A5773-A. Bellettiere J, Healy GN, Lamonte MJ, Kerr J, Evenson KR, Rillamass- Sun E, et al (2018) Sedentary Behavior and Prevalent Diabetes

THE EFFECT OF 8 WEEKS ENDURANCE AND RESISTANCE EXERCISE ON TYPE-2 DIABETIC WOMEN

Abstract Purpose: The purpose of this study was to investigate the effect of endurance training and resistance training on FGF23 and KLOTHO levels in type 2 diabetic women.

Methods: 24 type 2 diabetic women were randomly divided into 3 groups (n=8), aerobic training, resistance training and control. After determining the VO2max, using the Bruce test training and 1-RM , the training groups trained for 8 weeks, three sessions per week. Serum levels of FGF2 and S-KLOTHO measured with using ELISA kits. In this study, to compare the pre-test changes with post-test and comparison between training and control groups, we used T-test and one-way ANOVA. Data were analyzed by SPSS software version 22 and significant level (P <0.05).

Results: The results of t-test in the aerobic training group showed that the values of S-KLOTHO and FGF23 increased significantly (p = 0.002 and p = 0.001), while the values of HBA1C And insulin resistance decreased significantly in the aerobic training group (p= 0.016 and p = 0.001). ANOVA test showed that there was a significant difference between the S-KLOTHO values in the experimental groups after 8 weeks of intervention (p = 0.001 and F = 23.1706).

Conclusion: It seems that increasing the duration of exercise, whether aerobic training modality or resistance training modality, is effective in increasing the serum factors of S-KLOTHO and FGF23. That increase of these factors, with a significant reduction in the risk factors for cardiovascular disease (Lipid profiles and insulin resistance), has cardio-protective effects.

Key words: endurance training, FGF-23, resistance training, S-KLOTHO

References: Avin KG, Coen PM, Huang W, Stolz DB, Sowa GA, Dube JJ, et al (2014) Skeletal muscle as a regulator of the longevity protein, KLOTHO. Front Physiol. Barnes J, Duncan D, Kurundkar D, Hutcheson S, Logsdon N, Locy M, et al (2018) Role of the Anti-Aging Hormone Klotho in Idiopathic Pulmonary Fibrosis. C72 Pulmonary fibrosis: Mechanisms and models: American Thoracic Society; p. A5773-A. Bellettiere J, Healy GN, Lamonte MJ, Kerr J, Evenson KR, Rillamass- Sun E, et al (2018) Sedentary Behavior and Prevalent Diabetes in 6,166 Older Women: The Objective Physical Activity and Cardiovascular Health Study. J GERONTOL A-BIOL. Bian A, Neyra JA, Zhan M, Hu MC (2015) Klotho, stem cells, and aging. Clin Interv Aging. Chan DT, Watts GF, Irish AB, Dogra GK (2015) Insulin resistance and vascular dysfunction in chronic kidney disease: mechanisms and therapeutic interventions. Nephrol Dial Transplant. 1274-81. Childs BG, Li H, Van Deursen JM (2018) Senescent cells: a therapeutic target for cardiovascular disease. J Clin Invest. Dai B, David V, Martin A, Huang J, Li H, Jiao Y, et al (2012) A comparative Transcriptome analysis identifying FGF23 regulated genes in the kidney of a mouse CKD model. PLOS one. Edgett BA, Foster WS, Hankinson PB, Simpson CA, Little JP, Graham RB, et al (2013) Dissociation of increases in PGC-1α and its regulators from exercise intensity and muscle activation following acute exercise. PLOS One. Eltablawy N, Ashour H, R LA, Hamza WM (2018) Vitamin D protection from rat diabetic nephropathy is partly mediated through KLOTHO expression and renin–angiotensin inhibition. Arch Physiol Biochem. Eltablawy N, Ashour H, Rashed LA, Hamza WM (2018) Vitamin D protection from rat diabetic nephropathy is partly mediated through KLOTHO expression and renin–angiotensin inhibition. ARCH PHYSIOL BIOCHEM, 1-7. Hage FG, Venkataraman R, Zoghbi GJ, Perry GJ, Demattos AM, Iskandarian AE (2009) The scope of coronary heart disease in patients with chronic kidney disease. J Am Coll Cardiol. JIA G, Whaley-Connell A, Sowers JR (2018) Diabetic cardiomyopathy: A hyperglycemia and insulin-resistance-induced heart disease. Kim HR, Nam BY, Kim DW, Kang MW, Han J-H, Lee MJ, et al (2013) Circulate A-KLOTHO levels in CKD and relationship to progression. AJKD. Kodama S, Tanaka S, Saito K, Shu M, Sone Y, Ontitake F, et al (2007) Effect of aerobic exercise training on serum levels of high-density lipoprotein cholesterol: a meta-analysis. Arch Intern Med. Koh N, Fujimori T, Nishiguchi S, Tamori A, Shiomi S, Nakatani T, et al (2001) Severely reduced production of KLOTHO in human chronic renal failure kidney. Biochem Biophys Res Commun. Kuro-o M (2011) Phosphate and Klotho. KI. Kuro-O M, Matsumura Y, Aizawa H, Kawaguchi H, Suga T, Ustugi T, et al (1997) Mutation of the mouse KLOTHO gene leads to a syndrome resembling ageing. Nature. Ling C, Ron T (2014) Epigenetic adaptation to regular exercise in humans. Drug Discov Today. Liu S, Quarles LD (2007) How fibroblast growth factor 23 works. JASN. Manetta J, Brun J, Fedou C, Maimounl, Prefaut C, Mercier J (2003) Serum levels of insulin-like growth factor-I (IGF-I), and IGF-binding proteins-1 and-3 in middle-aged and young athletes versus sedentary men: relationship with glucose disposal. METAB. Martin A, David V, Quarles LD (2012) Regulation and function of the FGF23/KLOTHO endocrine pathways. Physiol. Rev. Martín-Núñez E, Donate-

Correa J, MUROS-de-Fuentes M, Mora-Fernandez C, Navarro-González JF (2014) Implications of Klotho in vascular health and disease. World J Cardiol. McDonald SP, Craig JC (2004) Long-term survival of children with end-stage renal disease. N Engl J Med. Paffen Barger R, Kampert J, Lee I-M (1997) Physical activity and health of college men: longitudinal observations. Int J Sports Med. Palazzuoli A, Masson S, Ronco C, Maisel A (2014) Clinical relevance of biomarkers in heart failure and cardio-renal syndrome: the role of natriuretic peptides and troponin. Heart Fail Rev. Pasquier A (2016) Lysosomal degradation of insulin granules promotes β-cell failure in type 2 diabetes: Strasbourg. Quarles LD (2012) Role of FGF23 in vitamin D and phosphate metabolism: implications in chronic kidney disease. Exp. Cell Res. Razzaque MS, Lanske B (2007) The emerging role of the fibroblast growth factor-23–KLOTHO axis in renal regulation of phosphate homeostasis. J. Endocrinol. Reimers CD, Knapp G, Reimers AK (2012) Does physical activity increase life expectancy? A review of the literature. J Aging Res. Rezaei S, Shansi MM, Mahdavi M, Jamali A, Prestes J, Tibana RA, et al (2017) Endurance exercise training decreased serum levels of surfactant protein D and improved aerobic fitness of obese women with type-2 diabetes. Diabetic & metabolic syndrome. Rocha-Rodrigues S, Goncalves IO, Beleza J, Ascensao A, Magalhaes J (2018) Effects of endurance training on autophagy and apoptotic signaling in visceral adipose tissue of prolonged high fat diet-fed rats. Eur. J. Nutr. Saghive M, Gold Hammere, Saghiv M, Ben-Sira D (2015) Effects of aerobic exercise training on S-Klotho in young and elderly. JJ Physiology. Saghive M, Sherve C, Ben Sira D, Saghive M, Gold Hammerer E (2016) Aerobic training effect on blood S-KLOTHO levels in coronary artery disease patients. J Clin exp cardiol. Schefer V, Talan MI (1996) Oxygen consumption in adult and AGED C57BL/6J mice during acute treadmill exercise of different intensity. Exp Gerontol. Schnedl C, Fahrleitner-Pammer A, Pietschman P, Amrein K (2015) FGF23 in acute and chronic illness. Dis Markers. Sciacqua A, Perticcon M, Cimellaro A, Tassone EJ, Tripepi G, Andreucci M, et al (2016) Multiplicative effect of serum phosphorus levels and insulin resistance on hypertensive vascular stiffness. Thrombosis and Hemostasis. Scialla JJ, XIE H, Rahman M, Anderson AH, Iskova T, Oji A, et al (2014) Fibroblast growth factor-23 and cardiovascular events in CKD. JASN. Shinohara K, Shoji T, Emoto M, Tahara H, Koyama H, Ishimura E, et al (2002) Insulin resistance as an independent predictor of cardiovascular mortality in patients with end-stage renal disease. JASN. Streicher C, Zeits U, Andrukhova O, Rupperchta, Pohl E, Larsson TE, et al (2012) Long-term Fgf23 deficiency does not influence aging, glucose homeostasis, or fat metabolism in mice with a nonfunctioning vitamin D receptor. Endocrinology. Streicher C, Zeits U, Andrukhova O, Rupprecht A, Pohl E, Larsson TE, et al (2012) Long-term Fgf23 deficiency does not influence aging, glucose homeostasis, or fat metabolism in mice with a nonfunctioning vitamin D receptor. Endocrinology. Sward Fager W, Herrmann N, Cornish S, Mazereeuw G, Marzolini S, Sham L, et al (2012) Exercise intervention and inflammatory markers in coronary artery disease: a meta-analysis. Am Heart J. Tangvarasittichai S (2015) Oxidative stress, insulin resistance, dyslipidemia and type 2 diabetes mellitus. WJD. Wang Y, Sun Z (2009) Current understanding of KLOTHO. Ageing Res Rev. Wang Y, Sun Z (2014) Anti-aging gene KLOTHO regulates endothelin-1 levels and Endothein receptor subtype B expression in kidneys of spontaneously hypertensive rats. J Hypertens. Zampetaki A, Kiech S, Drozdov I, Willeit P, Mayr U, Prokopi M, et al (2010) Plasma microRNA profiling reveals loss of endothelial MiR-126 and other microRNAs in type 2 diabetes novelty and significance. Circ. Res. Zong P, Sun W, Setty S, Tune JD, Downey HF (2004) α-Adrenergic vasoconstrictor tone limits right coronary blood flow in exercising dogs. EBM.

SB481

GENÇ KADIN BOKSÖRLERİN MÜSABAKA SIRASINDA METABOLİK CEVAPLARININ İNCELENMESİ

[1]Hakan Karabıyık, [1]Mehmet Gülü, [1]Özkan Güler, [1]Hidayet Suha Yüksel, [2]Ahmet Çınar, [1]Cengiz Akalan, [1]Mitat Koz

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Gençlik Spor Bakanlığı

Email : *Hakan.Karabiyik@ankara.edu.tr*

Giriş: Boks, müsabaka süresi boyunca aralıklı olarak yüksek yoğunluklu aktivitelerin tekrarlandığı bir dövüş sporudur. Boksörlerin müsabaka süresi boyunca en yüksek güç ve hızla saldırıları tekrarlama becerisine sahip olması beklenir. Müsabaka sırasında oluşan metabolik cevapların bulunması antrenman yönlendirmesinde katkıda bulunabilir. Bu bağlamda çalışmanın amacı genç kadın boksörlerin maç sırasında metabolik cevaplarının incelenmesidir.

Metod: Çalışmaya 24 kadın milli (yaş 15,54±0,56yıl; boy 164,52±7,24cm; vücut ağırlığı 63,84±13,33kg) boksör katılmıştır. Katılımcıların öncelikle vücut ağırlıkları, boy uzunlukları belirlenmiştir. Standart bir ısınma protokolünden sonra her sporcu kendi sıkletine göre eşleştirilerek her periyodun arasında 1 dakika dinlenme olacak şekilde 3*2dakikalık boks müsabakası gerçekleştirmiştir. Müsabaka sırasında sporcuların dakikadaki kalp atım sayıları kalp atım hızı monitörü ile takip edilmiştir. Ayrıca müsabaka öncesinde ve sonrasında kan laktat seviyeleri parmak ucundan alınan kan ile ölçülmüştür. Algılanan zorluk dereceleri ise modifiye edilmiş borg skalası ile (1-10) belirlenmiştir.

Bulgular: 1.periyot; KAHort 162,90±36,47atım/dk, AZD 3,29±1,08, LA 7,27±2,13mmol/l. 2.periyot; KAHort 170,76±37,42atım/dk, AZD 4,63±1,13, LA 8,84±2,99mmol/l. 3.periyot; KAHort 180,84±14,82atım/dk, AZD 5,79±1,41, LA 9,46±3,08mmol/l olarak bulunmuştur.

Tartışma: Üç periyodun KAHort değerleri sporcuların maç sırasında maksimal kalp atım hızlarının yaklaşık olarak %84'ünde müsabakayı bitirdiklerini göstermiştir. Bu bulgulara paralel olarak kan laktik asit düzeyleri ortalama 8,52mmol/l olarak bulunmuştur. Literatürde kan laktik asidinin 4mmol seviyelerinin üzerindeki egzersiz şiddetlerinde, laktik asidin birikmesinin uzaklaştırılmasından daha yüksek olduğu gösterilmektedir. Elde edilen bulgulara göre müsabakanın her periyodu anaerobik eşik seviyelerinin üzerinde gerçekleştiği söylenebilir. Algılanan zorluk dereceleri ortalama olarak 4,57 olarak bulunmuştur. AZD değerleri egzersiz şiddetini yansıtmada KAH ve LA asit değerlerinden daha düşük kalmıştır. Bunun nedeni dövüş sporcularının zorlanma algılsal eşiklerinin daha yüksek olmasından kaynaklanabilir.

ANALYSIS OF YOUNG WOMEN BOXERS METABOLIC RESPONSE DURING THE COMPETITION

Introduction: Boxing is a combat sport in which high-intensity activities are repeated intermittently throughout the competition period. Boxers are expected to have the ability to repeat attacks with maximum strength and speed during the competition period. Finding the metabolic responses that occur during the competition can contribute

to training guidance. In this context, the study aims to examine young female boxers' metabolic responses during the match.

Method: 24 female national boxers (age 15.54 ± 0.56 years; height 164.52 ± 7.24cm; body mass 63.84 ± 13.33kg participated in the study. Body mass and height were recorded before warming up. After a standard warm-up protocol, each athlete was matched according to his weight and held a 3 * 2-minute boxing competition with 1-minute rest between each period, heart rate of the boxer recorded by heart rate monitör. Blood lactate levels, pre-match and post-match, were measured with finger-tip blood. The rate of perceived exertion levels was determined with a modified borg scale (1-10).

Results: 1st period; Mean Heart Rate(HRm) 162.90 ± 36.47 rated perceived exertion , RPE 3.29 ± 1.08, Lactate (LA) 7.27 ± 2.13mmol / l. Period 2; HRm 170.76 ± 37.42 pulses / min, AZD 4.63 ± 1.13, LA 8.84 ± 2.99mmol / l. Period 3; HRm 180.84 ± 14.82 pulses / min, AZD 5.79 ± 1.41, LA 9.46 ± 3.08mmol / l.

Discussion: Average heart rates in each period showed that the athletes finished the competition at approximately 84% of their maximal heart rate. In parallel with these findings, blood lactate levels were found to be 8.52mmol / l. It has been shown in the literature that the exercise intensities of blood lactate above 4mmol levels are higher than the removal of lactic acid accumulation. According to the findings, it can be said that each period of the competition takes place above the anaerobic threshold levels. RPE was found to be 4.57 on average. RPE values were lower than HR and LA acid values reflecting the exercise intensity. This may be since combat athletes have higher exertion perceptual thresholds.

EGZERSİZ VE SPOR PSİKOLOJİSİ / EXERCISE AND SPORTS PSYCHOLOGY

SB8

IMPACT ANXIETY FROM INFECTION (COVID-19)OF SPECIAL NEEDS PLAYERS CATEGORY 55 AND ITS RELATIONSHIP TO THE LEVEL PLAYER PERFORMANCE

[1]Hamid AL-AKRAH, [2]HAMID ABDULSADA KADHIM AL- AKRH, [2]Hooman Minoonejad, [2]MOHAMMAD KARIMIZADEH ARDAKANI, [2]Negar Momeni, [3]Raheem Ruyah Habeb Kramy, [3]Qasm Lefth Bachy

[1]Diwaniya
[2]University Tehran Faculty Of Physical Education And Sport Science
[3]University Alqadisyah Faculty Of Physical Education And Sport Science

Email : *nnoor1202@gmail.com, h.minoonejad@ut.ac.ir, m.karimizadeh@ut.ac.ir, negarmomeni5525@yahoo.com, raheemalsafi@yahoo.com, aldishoosh@yahoo.com*

Abstract This study aimed to investigate the level of anxiety infection Coronavirus disease (COVID-19) at the the special needs players category(55) players and its relationship to the level player performance in the daily training unit. The study was conducted on (50) players who are members of the Para Sub-Olympic Committee in Iraq / Al-Diwaniyah. Results indicated that there were a correlation statistically significant positive relationship between anxiety and the level player performance. Differences in the levels of anxiety were statistically significant at ($\alpha \leq 0.05$) between male and female players for the sake of male players. However, There were no statistically significant differences at $\alpha(\leq 0.05)$ in the levels of anxiety due to age of players, educational qualifications, and the type of the player (National Teem or Local Club). In light of the results, some recommendations were derived.
Key words: State anxiety, Performance, Corona Virus, Coved disease-19, Players category 55 Special Needs

State anxiety: is defined as “a temporal cross-section in the conscious stream-of life of a person consisting of subjective feelings of worry, tension, nervousness, and apprehension accompanied by the arousal of autonomic nervous system ”(YL Hanin - Coping in sport: Theory, methods, and related …, 2010).(1) Performance anxiety in sports, sometimes referred to as "choking," is described as a decrease in athletic performance due to too much-perceived stress. Perceived stress often increases in athletes on game day because (1) they have an audience and (2) they have extremely high expectations of their success.(2)

Corona Virus: Corona viruses are a wide range of viruses that may cause disease in animals and humans Coved disease-19: Covid-19 disease is an infectious disease caused by the last detected virus of the Coronavirus. category 55 Special Needs Players: Healthy players in arm and hand functions

SB30

COVID-19 PANDEMİSİ NEDENİYLE EVDE KALAN BİREYSEL SPORCULARIN YAŞAM DOYUM, UMUTSUZLUK Ve PANDEMİ SÜRECİ BEKLENTİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Kürşad Han Dönmez*, [1]Kürşad Han DÖNMEZ , [1]Fatih ÖZGÜL, [2]Murat KANGALGİL**

[1]Giresun Üniversitesi, Giresun
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir

***Email :** donmezhan28@gmail.com, donmezhan28@gmail.com, fatih.ozgul@giresun.ed.tr, mkangalgil@gmail.com*

2019 Aralık ayı itibariyle tüm Dünya'yı etkisi altına alan Coronavirus Hastalığı (Covid-2019), bireylerin fiziksel aktivite davranışları üzerinde tehlikeli bir etkiye sahiptir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından çocuklar için 60 dakika / gün orta-şiddetli fiziksel aktivite ve yetişkinler için sırasıyla 3 veya 2 gün olmak üzere 75 dakika şiddetli veya 150 dakika orta derecede fiziksel aktivite önerilmektedir. Bu araştırmanın amacı, Covid-19 Pandemisi nedeniyle evlerinde olan bireysel sporcuların yaşam doyum, umutsuzluk ve pandemi süreci beklentilerinin bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır. Bu araştırma Tarama Modeline göre tasarlanmıştır. Araştırmaya gönüllü katılımı kabul eden 120 Kadın ve 172 Erkek olmak üzere toplam 292 Bireysel sporcuya; Diener ve ark. Tarafından geliştirilen (1985) Yaşam Doyum Ölçeği, Beck ve ark. (1974) tarafından geliştirilen Umutsuzluk Ölçeği ile sporcuların Covid-19 Pandemisi beklentilerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen anket Google Dökümanlar aracılığıyla uygulanmıştır. Elde edilen veriler frekans, yüzde ve standart sapma dağılımları üzerinden değerlendirilmiştir. Bulgulara göre; araştırmaya katılan sporculardan 35 (% 12)'i Boks, 65 (% 22,5)'i Yüzme, 90 (% 30,75)'ı Taekwondo, 78 (% 26,75)'i Judo ve 24 (% 8)'ü Badminton branşıyla bireysel düzeyde uğraşmaktadır. Katılımcıların % 70 'i Geleceğe umutla bakmakta iken, % 30'u umutsuz bir yaklaşım göstermektedir. Katılımcıların % 40'ı Hayatlarında her şeye sahip olduklarını belirtirken, %60' ı bu görüşü benimsememektedir. Katılımcıların % 67'si Covid-19 Pandemisi'nin uzun süreceğini ve artık hayatın bir parçası olacağını düşünmekte iken % 33'ü bu görüşe katılmadıklarını belirtmişlerdir. Bu araştırmaya göre, katılımcıların ortalamanın üzerinde bir Umutsuzluk düzeyine sahip oldukları, Yaşam Doyum düzeyleri bakımından orta seviyenin altında ve geleceğe yönelik olarak da Covid-19'un pek kolay hayatlarından çıkmayacağını düşündükleri ifade edilebilir.

COMPARISON OF LIFE SATISFACTION, DESPAIRNESS AND PANDEMIC PROCESS EXPECTATIONS OF INDIVIDUAL ATHLETES WHO STAY AT HOME DUE TO COVID-19 PANDEMIA

Coronavirus Disease (Covid-2019), which has affected the whole world since December 2019, has a dangerous effect on the physical activity behavior of individuals. The World Health Organization (WHO) recommends 60 minutes / day of moderate-vigorous physical activity for children and 75 minutes of vigorous or 150 minutes of moderate physical activity for 3 or 2 days, respectively, for adults. The aim of this study is to compare the life satisfaction, despairness and pandemic process expectations of individual athletes who are at home due to the Covid-19 Pandemic according to some variables. This research is designed according to the Scanning Model. Life Satisfaction Scale developed by Diener et al. (1985), The Despairness Scale developed by Beck et al. (1974) and the questionnaire developed by the researchers to determine the expectations of the athletes for the Covid-19 Pandemic was applied to the total of 292 individual athletes, 120 of whom were women and 172 men, who

accepted voluntary participation in the study through Google Documents. The obtained data were evaluated in terms of frequency, percentage and standard deviation distributions. According to the findings; Of the athletes participating in the study, 35 (12%) were Boxing, 65 (22.5%) Swimming, 90 (30.75%) Taekwondo, 78 (26.75%) Judo and 24 (8%) 'is dealing with the Badminton branch on an individual level. While 70% of the participants look to the future with hope, 30% of them show a hopeless approach. While 40% of the participants state that they have everything in their lives, 60% of them do not adopt this view. While 67% of the participants thought that the Covid-19 Pandemic would last a long time and would now be a part of life, 33% of them did not agree with this view. According to this research, it can be stated that the participants have a level of Hopelessness above the average, they are below the average level in terms of their Life Satisfaction levels, and they think that Covid-19 will not easily get out of their lives for the future.

SB34

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ELEŞTİREL DÜŞÜNME VE EMPATİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN INCELENMESİ

[2]Ünal Türkçapar, [3]Hüseyin Eroğlu, [1]Ayhan Kayabaşı

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,
[2]Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kırgızistan
[3]kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,

Email : *turkcaparunal@hotmail.com, eroglu1@gmail.com, kayabasiayhan@gmail.com*

Beden eğitimi öğretmenlerinin eleştirel düşünme ve empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi Özet Bu tanımlayıcı çalışmanın amacı, Kahramanmaraş bölgesinde özel ve kamu kurumlarında aktif olarak görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin eleştirel düşünme düzeyleri ve empati düzeylerini etkileyen faktörleri tespit edip ve faktörler arasında ilişki olup olmadığını belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmaya 117 erkek 83 bayan olmak üzere toplam 200 Beden Eğitimi ve Spor öğretmeni dâhil edilmiştir. Araştırma verilerini toplamak için, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile birlikte Semerci (2016) tarafından geliştirilen "Eleştirel Düşünme Eğilimi(EDE)" ölçeği ve Dökmen (1988) tarafından bireylerin empati kurma potansiyellerini ölçüp değerlendirmek amacıyla kullanılan ''Empatik Eğilim'' ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, eleştirel düşünme biçimi davranışlarının, medeni durum ve öğretmenlik dışında başka bir işle meşgul müsünüz? değişkenlerine göre ve empati kurma davranışının yaş ve öğretmenlik dışında başka bir işle meşgul müsünüz? değişkenlerine göre istatistiki olarak anlamlı bir farklılık oluşturduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Araştırma sonucuna göre; Empatik eğilim düzeyi 22-34 yaş grubunda ki bireylerin daha yaşlı bireylere göre ve öğretmenlik mesleğinin dışında başka bir işle ilgilenen bireylerin, başka bir işle meşgul olmayan bireylere göre daha yüksek seviyede oldukları belirlenmiştir. Araştırma grubunun eleştirel düşünme ölçeğinin, esneklik, sistematiklik ve açık fikirlilik alt boyutlarında medeni durumu bekar olanların evli olan bireylere göre yüksek oldukları, ayrıca ölçeğin üst biliş, esneklik, sistematik, azim ve sabır alt boyutlarında öğretmenlik mesleğinin dışında başka bir işle meşgul olmayan bireylerin, başka bir işle meşgul olan bireylere göre eleştirel düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun eleştirel düşünme ölçeği alt boyutları ile empatik eğilim ölçeği sonuçları arasındaki ilişki değerlendirildiğinde negatif yönde anlamlı bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Eleştirel düşünme, Empatik eğilim, Beden eğitimi ve spor, Öğretmen

Examining The Relationship Between Critical Thinking Skills And Empathy Levels Of Physical Education Teachers

Examining the relationship between critical thinking skills and empathy levels of physical education teachers Abstract It is aimed to determine the factors affecting the critical thinking levels and empathy levels of physical education and sports teachers who work actively in private and public institutions in the Kahramanmaraş region and to assign whether there is a relationship between the factors. A total of 200 Physical Education and Sports teachers, 117 men and 83 women, were included. To collect research data, along with the personal information form prepared by the researcher, the "Critical Thinking Disposition (EDE)" scale developed by Semerci (2016) and the "Empathic Tendency" scale used by Dökmen (1988) to measure and evaluate the empathic potential of individuals were used. in the study. In research findings, do you work in a job other than critical thinking behavior, marital status and teaching? Depending on your empathy behavior variables, are you busy with anything other

than your age and teaching? It was determined that it creates a statistically significant difference according to the variables ($p<0.05$). According to the results of the research; It was determined that the empathic tendency level of the individuals in the 22-34 age group was higher than the older individuals and the individuals who were interested in a job other than the teaching profession compared to the individuals who were not engaged in another job. Individuals whose marital status were higher than married individuals in the flexibility, systematic and open-minded sub-dimensions of the critical thinking skills scale of the research group, and in the sub-dimensions of the scale's metacognition, flexibility, systematic, perseverance and patience, individuals who do not engage in any job other than the teaching profession, It has been determined that their critical thinking skills is higher than those who are engaged in a job. When the relationship between the sub-dimensions of the critical thinking scale of the research group and the results of the empathic disposition scale was evaluated, it was found to be negatively significant.

Key Words: Critical thinking, Empathic tendency, Physical education and sports, Teacher

SB66

ÇİM HOKEYİ VE FUTBOL BRANŞINDAKİ SPORCULARIN RİSK DEĞERLENDİRME DÜZEYLERİ İLE SPORA BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ

[2]Davut ATILGAN, [1]Mustafa ÇİLKIZ, [1]Mehmet Yaşar UÇARER

[1]Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, GAZİANTEP
[2]K. Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KAHRAMANMARAŞ

Email : *davutatilgan@ksu.edu.tr, hockeymustafa@hotmail.com, mehmetyasarucarer@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada çim hokeyi ve futbol branşındaki sporcuların risk değerlendirme düzeyleri ile spora bağlılıkları arasındaki ilişki ve bazı demografik değişkenler bakımından farklılık olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma nicel bir çalışma olup ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemini 139 futbolcu ile 143 çim hokeyi sporcusu olmak üzere toplam 282 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verileri 2020 yılının Ocak, Şubat ve Mart aylarında toplanmıştır. Araştırmanın verileri istatistik yazılım programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri analizi için aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiştir. Değişkenlere ilişkin puanların farklılaşma durumunu belirlemek için T testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmış, ardından F değerindeki hangi grup farkların anlamlı olduğunu belirlemek için scheffe testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordama durumunu test etmek için de regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda; katılımcıların risk değerlendirme düzeylerinin orta düzeyde riskli puan aralığında olduğu, spora bağlılık puanlarının ise yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Katılımcıların risk değerlendirme ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin puanlarının cinsiyet, öğrenim düzeyi ve yaş değişkenleri bakımından anlamlı bir biçimde farklılıklar olduğu, branş değişkeni bakımından ise anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Spora bağlılık ölçeğine ilişkin puanlarda ise cinsiyet değişkeni bakımından anlamlı bir biçimde farklılaştığı, öğrenim düzeyi, branş ve yaş değişkenleri bakımından ise anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmada bağımsız değişkenlerden olan yarışma organizasyonu değişkeninin katılımcıların spora bağlılıkları ile düşük düzeyde ve negatif anlamlı bir ilişki gösterdiği; ayrıca yarışma organizasyonu değişkeninin spora bağlılık üzerinde ise anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çim Hokeyi, Futbol, Sporcu, Risk, Spora Bağlılık.

Investigation Of Risk Assessment Levels And Commitment To Sports Of Field Hockey And Football Athletes

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to investigate the relationship between the risk assessment levels of athletes in field hockey and football and their commitment to sports and whether there is a difference in terms of some demographic variables. Method: The research is a quantitative study and it was carried out in relational scanning model. The sample of the study consists of a total of 282 participants, 139 of which are football players and 143 field hockey players. Research data were collected on January, February and March in 2020. The data of the study was analyzed by using the statistical software program. For data analysis, arithmetic mean and standard deviation values were determined. The T-test and the one-way analysis of variance (ANOVA)

test were used to determine the differentiation status of scores related to variables, following the scheffe test were used to determine which groups of differences in the F value were found to be significant. Findings and Result: As a result of the research, ıt was observed that the risk assessment levels of the participants were in the medium risk score range, and their commitment to sports scores was high. It was determined that the participants' scores on the risk assessment scale and its sub-dimensions differ significantly in terms of gender, education level and age variables, and there was no significant difference in terms of the branch variable. On the other hand, it was determined that the scores of the sports commitment scale differed significantly in terms of gender variable, and there was no significant difference in terms of education level, branch and age variables. In the study, it was found that competition organization variable, which is one of the independent variables, showed a low and negative significant relationship with the participants' commitment to sports

SB97

SPORCU BAĞLILIĞININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Volkan ÖZCAN

[1]Artvin Çoruh Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ARTVİN

Giriş: Sporcu bağlılığı kavramı genellikle, bireylerin bir spor uygulamasına katılımı hakkında genelleştirilmiş olumlu etkiler ve bilişlere atıfta bulunan kalıcı, nispeten istikrarlı bir spor deneyiminin bir sonucu olarak tanımlanmaktadır ve birbiriyle ilişkili dört boyuttan oluşan çok boyutlu bir yapı olarak ifade edilmektedir: Güven, adanmışlık, dinçlik ve coşku.

Amaç: Bu çalışmada amacı spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin sporcu bağlılığının farklı değişkenlerce incelenmesi oluşturmaktadır. Bu amaç doğrultusunda sporcu bağlılığının cinsiyete, öğrenim gördükleri programlara ve sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı ele alınmıştır.

Yöntem: Bu çalışmaya 3 farklı devlet üniversitesinin Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören 211'i (%70.8) erkek ve 87'si (%29.2) kadın olmak üzere toplam 298 öğrenci katılmıştır. Farklı spor branşlarında sporcu olan katılımcıların 51'i aynı zamanda milli sporcudur. Katılımcıların yaşları 18 ile 35 arasında değişmekte olup yaşlarının ortalaması 21.76'dır (ss = 2.16). Çalışmada veri toplama araçları olarak Sporcu Bağlılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Çalışmanın analizleri bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Çalışmada ilk gerçekleştirilen analiz sonucuna göre sporcu bağlılığının öğrencilerin cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde farklılık göstermediği belirlenmiştir, (t0.05: 296 = .535, p > .05). Diğer taraftan sporcu bağlılığının bölümlere göre ise anlamlı bir biçimde farklılaştığı ortaya konulmuştur, (F3-294 = 2.79, p < .05). Benzer bir biçimde sporcu bağlılığının sınıf düzeylerine göre de anlamlı bir biçimde farklılaştığı ortaya konulmuştur, (F3-294 = 4.18, p < .01).

Sonuç: Çalışmanın sonuçlarına göre kadın ve erkek öğrencilerin sporcu bağlılık düzeylerinin birbirlerine benzer oldukları söylenebilir. Spor yöneticiliğinde öğrenim gören öğrencilerin öğretmenlik ve rekreasyon bölümlerin öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek sporda bağlılık düzeyine sahip oldukları ifade edilebilir. Ek olarak, birinci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin ikinci ve dördüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek sporda bağlılık düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

ANALYSIS OF ENGAGEMENT IN ATHLETES ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

Introduction: Athlete engagement is an enduring, relatively stable sport experience, which refers to generalized positive affect and cognitions about one's sport as a whole and characterized by confidence, dedication, enthusiasm, and vigor.

Objective: The aim of this study was to examine the athlete engagement of students studying at sports science faculties by different variables. In line with this purpose, it was discussed whether commitment in sports differs according to gender, the programs they studied and their class levels.

Method: A total of 298 students, 211 (70.8%) male and 87 (29.2%) female, studying at the Sport Sciences Faculties of 3 different state universities, participated in this study. 51 of the participants who are athletes in different sports branches are also national athletes. The ages of the participants vary between 18 and 35, and the average age is 21.76 (sd = 2.16). In the study, Athlete Engagement Scale and Personal Information Form were used as data collection tools. The analysis of the study was carried out by independent sample t test and one-way analysis of variance (ANOVA).

Results: According to the results of the first analysis performed in the study, it was determined that athlete engagement did not differ statistically significantly according to the gender of the students (t0.05: 296 = .535, p > .05). On the other hand, it was revealed that athlete engagement differed significantly according to the departments (F3-294 = 2.79, p < .05). Similarly, it was revealed that athlete engagement significantly differentiated according to class levels, (F3-294 = 4.18, p < .01).

Conclusion: According to the results of the study, it can be said that the athletic engagement levels of female and male students are similar to each other. It can be stated that the students studying in sports management have a higher level of commitment to sports than the students

SB139

SPOR TOTO SÜPER LİG'DE FUTBOLCULARIN PENALTI ATIŞLARINDA BASKI UNSURLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Şaban TUĞLU, [2]Egemen ERMİŞ, [3]Necati Alp ERİLLİ

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi,Antrenörlük Eğitimi Bölümü SAMSUN
[3]Cumhuriyet Üniversitesi, Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, SİVAS

Email : *tuglusaban@hotmail.com, egemen.ermis@omu.edu.tr, aerilli@cumhuriyet.edu.tr*

Amaç: Bu araştırma spor toto süper ligde penaltı atışlarında penaltı atan futbolcuların maruz kaldıkları çeşitli baskı unsurlarının değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal ve Metot: Araştırma Spor Toto Süper Lig'in 2010-2011 sezonundan başlayıp hala devam etmekte olan 2019-2020 sezonun ilk yarısını içermektedir. Toplamda dokuz buçuk sezonu kapsayan bu çalışmada 2907 maçta 845 penaltı izlenmiştir. Maçlar dijital ortamda bulunan özet videoları izlenerek tespitler yapılmıştır. 2907 maçta atılan 845 penaltı vuruşları bazı değişkenler bakımından istatistiki olarak analiz edilmiştir. Analizlerde ki-kare analizi, frekans analizleri, çapraz tablolar ve tamamlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Tüm analizler SPSS.25 istatistik paket programında yapılmıştır. İstatistiksel olarak güven düzeyi α=0,05 belirlenmiştir.

Bulgular: Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre atılan penaltıların %78'inin gol olduğu, penaltıcıların %66,4 yabancı ile kalecilerin %54,7 yerli oyunculardan seçildiği, penaltı atıcılarında %47,5 ile forvet oyuncularının tercih ediliği, penaltıcıların %76,1 ile sağ ayaklarını kullandıkları, penaltıcıların %30,2 ile sol alt köşeyi kalecilerinde %42,9 ile sağ alt köşeyi daha fazla tercih ettiği, maçlar berabereyken %42 ile daha çok penaltı atıldığı ve penaltılar %27,5 ile 76-90+ dakika aralığında atıldığı bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak, penaltıcıların mevkilerinin, kullandıkları ayakların, tercih ettikleri köşelerin, penaltı anındaki maçın durumunun, penaltı atılan dakika aralığının penaltı sonucu üzerine etkisi olmadığı görülürken, kalecilerin tercih ettiği köşenin penaltının sonucuna etki ettiği görülmüştür. Çalışmamızın penaltı analiz verileri açısından parametrelerin arttırıldığı, incelenen sezonların daha fazla geriye dönüldüğü, daha fazla penaltının inceleneceği çalışmalara yol göstereceği düşünülmektedir. Tüm bunlara ek olarak, fiziksel antrenmanın yetersiz kalabileceği düşünüldüğünde penaltıcıları ve kalecileri psikolojik açıdan hazırlamada zihinsel antrenman, imgeleme ve anlık karar verme çalışmaları antrenmanlara dâhil edilerek daha verimli hale getirilebilir.

Anahtar Kelimeler: Analiz; Baskı; Futbol; Penaltı

Evaluation Of Pressure Elements In The Penalty Shots Of Sport Toto Super League Football Players

Aim: This research was carried out to evaluate the various pressure factors faced by the footballers who took penalties in the Sport Toto Super League.

Material and Method: The research includes the period starting from 2010-2011 season of the Sport Toto Super League to the first half of the 2019-2020 season. A total of 845 penalties in 2907 matches including nine and a half seasons were watched. The results were determined by watching the summary videos on digital media. 845 penalties in 2907 matches were analyzed statistically in terms of some variables. Chi-square analysis, frequency analyses, cross tables and descriptive statistics were used in analyses. All analyses were performed in SPSS.25 statistical package program. Statistical confidence level was determined as α=0,05.

Results: According to the results of the study, it was found that 78% of the penalties were successful, players who took penalty were chosen from foreign players with 66.4%, while goalkeepers were chosen from domestic players with 54.7%, forwards were preferred with 47.5%, penalty takers used right feet with 76.1% and left bottom corner with 30.2%, while goalkeepers preferred right bottom corner with 42.9%, more penalties were taken when the matches were draw and between minutes 76-90+ with 27.5%.

Conclusion: As a conclusion, while positions of penalty takers, the feet they used, the corners they preferred, the status of the game at the moment of penalty and the minute the penalty was taken did not affect the result, it was found that the corner goalkeepers preferred affected the result. It is thought that our study will guide future studies in which there are more parameters, more seasons and more penalties examined. In addition, considering that physical training may be insufficient, mental training, imagery and instant decision making studies can be included in trainings and thus made more efficient.

Keywords: Analysis; Pressure; Football; Penalty

*Bu çalışma Ağustos 2020 tarihli SPOR TOTO SÜPER LİG'DE FUTBOLCULARIN PENALTI ATIŞLARINDA BASKI UNSURLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ başlıklı yüksek lisans tezi esas alınarak hazırlanmıştır.

SB149

ALGILANAN SOSYAL KAYTARMANIN GENÇ SPORCULARDA TAKIM IÇİ REKABET VE TAKIM PERFORMANSI ILİŞKİSİ ÜZERİNDEKİ BASKILAYICI ETKİSİ

[1]Umut Sezer, [1]Ramazan Taşçıoğlu, [1]Serdar Kocaekşi

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *umutsezer@eskisehir.edu.tr, ramazantascioglu@anadolu.edu.tr, skocaeksi@eskisehir.edu.tr*

Takımlar arasındaki rekabetin takım performansını arttırdığı bilinmektedir (Kilduff ve diğ., 2016; Kilduff, 2014). Ancak takım içi rekabetin takım performansı üzerindeki etkisini gösteren çalışma sayısı kısıtlıdır. Bu araştırma ile genç sporcularda takım içi rekabet algısının takım performansı üzerindeki etkisi ve takım içinde var olan sosyal kaytarma algısının bu ilişkideki rolü değerlendirilmiştir. Araştırmaya üç farklı takım sporundan 162 genç sporcu (yaş: 16.08±1.5) katılmıştır. Veriler Algılanan Sosyal Kaytarma Ölçeği, Takım İçi Rekabet Ölçeği ve Takım Performansı Ölçeği ile toplanmıştır. Veriler AMOS yazılımı kullanılarak analiz edilmiş ve iki aşamalı Yapısal Eşitlik Modeli ile incelenmiştir. Aracılık etkisinin analizinde bootstrap tekniği ve Sobel testi kullanılmıştır. Araştırma bulguları, model-veri uyumunun iyi olduğunu; takım içi rekabet algısının takım performansını pozitif olarak yordadığını; algılanan sosyal kaytarmanın ise takım içi rekabet algısı ve takım performansı arasındaki ilişkide baskılayıcı bir rolü olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla genç sporcularda takım içi rekabet algısının takım performansı üzerinde olumlu ve olumsuz sonuçlara yol açabileceği söylenebilir.

Suppressor Effect Of The Perceived Social Loafing On The Relationship Between Intra-Team Rivalry And Team Performance In Youth Sport

It is known that inter-team rivalry between teams increases team performance (Kilduff et al., 2016; Kilduff, 2014). However the literature on intra-team rivalry on sports performance is scarce. This study aims to explore how intra-team rivalry affects team performance in youth sport and the role of perceived social loafing on this relationship. The sample in this study consists of 162 players (age: 16.08 ± 1.5) from three different team sports. Data collected with the Perceived Social Loafing Questionnaire, Intra-team Rivalry Scale and Team Performance Scale. The data were analyzed with two-step Structural Equation Modeling using AMOS software. The mediation effect was analyzed with bootstrapping and Sobel test. Findings indicate that an acceptable model-data fit; intra-team rivalry positively predicts team performance; perceived social loafing has a suppressor effect in the relationship between intra-team rivalry and team performance. Thus, intra-team rivalry in youth sport may lead to positive and negative consequences on team performance.

SB159

ÜST DÜZEY VOLEYBOLCULARIN STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ

[1]Buse Sulu, [1]Erdem Çakaloğlu, [1]Onur Akyüz, [1]Perican Bayar

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *buseesuluu@gmail.com, erdemcakaloglu@gmail.com, onurakyuz1986@gmail.com, pbayar@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Günümüz sporu, sporcular için potansiyel stres anlamı taşımaktadır. Yaralanmalar, müsabakanın ekonomik niteliği, antrenörün baskısı, yarışma kaygısı yoğun antrenman yükü gibi unsurlar spor performansını ve başarısını etkilemektedir. Stresli etmenlerle mücadele etmek ve yarışmalarda iyi bir performans sürdürmek için sporcuların başa çıkma stratejileri geliştirerek değişen bağlamsal taleplere uyum sağlamaları açısından önem taşır. Bu araştırmada voleybolcuların stresle başa çıkma stratejilerinin cinsiyet ve milli takımda yer alma değişkenleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya en az 3 yıldır aktif olarak voleybol branşında yer alan 104 kadın (%51) ve 100 erkek (%49) toplam 204 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri (SSBÇSE) uygulanmıştır. SSBÇSE 10 alt ölçek ve 3 alt boyuttan (1- Görev yönelimli başa çıkma, 2- Dikkati başka tarafa çekmeye yönelik başa çıkma ve 3- Çekilme yönelimli başa çıkma) oluşmaktadır. Bu çalışmada 3 alt boyutlu yapı kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler ve t testi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Kadın ve erkek sporcuların görev yönelimli başa çıkma ($t=-4.827$: $p<0.05$) ve çekilme yönelimli başa çıkma ($t=2.145$: $p<0.05$) stratejileri arasında anlamlı fark gözlemlenirken; dikkati başka tarafa çekmeye yönelik başa çıkma ($t=.888$: $p>0.05$) stratejisi arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Milli takımda yer alan ve yer almayan sporcuların görev yönelimli başa çıkma ($t=3.308$: $p<0.05$), dikkati başka tarafa çekmeye yönelik başa çıkma ($t=4.198$: $p<0.05$) ve çekilme yönelimli başa çıkma ($t=4.198$: $p<0.05$) stratejileri arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, voleybol sporcuları cinsiyet ve milli takımda yer alma durumlarına göre farklı başa çıkma stratejileri kullanmaktadırlar.

Anahtar Sözcükler: Stresle Başa Çıkma Stratejileri, Voleybol

Stress Coping Strategies Of Senior Volleyball Players

Introduction and Purpose: Today's sport means potential stress for athletes. Factors such as injuries, the economic quality of the competition, the pressure of the coach, competition anxiety, intensive training load affect the performance and success of the sport. It is important for athletes to adapt to changing contextual demands by developing coping strategies to combat stressful factors and maintain a good performance in competitions. In this study, it was aimed to examine the stress coping strategies of volleyball players in terms of gender and the variables of being in the national team.

Method: A total of 204 athletes, 104 women (51%) and 100 men (49%), who have been active in the volleyball branch for at least 3 years, voluntarily participated in the study. Inventory of Coping Strategies for Coping with Stress in Sports (SSBÇSE) was applied. SSBÇSE consists of 10 subscales and 3 sub-dimensions (1- Task-

oriented coping, 2- Coping to divert attention, and 3- Withdrawal-oriented coping). In this study, 3 sub-dimensional structures are used. Data were analyzed using descriptive statistics and t test.

Findings and Conclusion: While a significant difference was observed between the task oriented coping ($t=-4.827$: $p<0.05$) and withdrawal oriented coping strategies ($t=2.145$: $p<0.05$) of female and male athletes; It was observed that there was no significant difference between the coping strategy to divert attention ($t=.888$: $p>0.05$). A significant difference has emerged between task-oriented coping ($t=3.308$: $p<0.05$), coping to divert attention ($t=4.198$: $p<0.05$), and withdrawal oriented coping strategies ($t=4.198$: $p<0.05$) of athletes who are and are not included in the national team. As a result, volleyball players use different coping strategies according to their gender and their status in the national team.

Keywords: Stress, Stress Coping Strategies, Volleyball

SB160

DÜZENLİ EGZERSİZ YAPAN VE YAPMAYAN BİREYLERİN ÖZ-YETERLİK İNANÇLARININ İNCELENMESİ

***[1]Buse Sulu*, [1]Onur Akyüz, [1]Erdem Çakaloğlu, [1]Perican Bayar**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** buseesuluu@gmail.com, onurakyuz1986@gmail.com, erdemcakaloglu@gmail.com, pbayar@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Egzersiz, düzenli olarak gerçekleştirildiğinde, fiziksel ve psikolojik sağlık için oldukça faydalıdır. Bu araştırmada egzersiz yapan ve yapmayan bireylerin öz-yeterlik inançlarının cinsiyet ve egzersiz yapma değişkenleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmada düzenli egzersiz kavramı en az 1 yıldır haftada en az 3 gün 30 dakika yapılan egzersiz olarak kabul edilmektedir. Bu çalışmaya 130 kadın (%52) ve 118 erkek (%48), egzersiz yapan 127 (%51) kişi ve egzersiz yapmayan 121 (%49) kişi olmak üzere toplam 248 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara 10 madde ve tek boyuttan oluşan Genel Öz-yeterlik Ölçeği uygulandı. Veriler tanımlayıcı istatistikler, t testi, Tek Yönlü ANOVA ve Tukey testi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Kadın ve erkeklerin öz-yeterlik inançları arasında ($t=-2.886$: $p<0.05$) ve egzersiz yapan ve yapmayan bireylerin öz-yeterlik inançları arasında ($t=4.892$: $p<0.05$) anlamlı bir fark bulunmuştur. Ayrıca egzersiz yapan kadın ile egzersiz yapan erkek; egzersiz yapmayan kadın ile egzersiz yapan erkek; egzersiz yapan erkek ile yapmayan erkek bireyler arasında anlamlı farklar olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek öz- yeterlik inancına sahip olduğu, egzersiz yapan bireylerin egzersiz yapmayan bireylere göre daha yüksek öz-yeterliğe sahip olduğu ayrıca cinsiyet ve egzersiz yapma durumunun bireylerin öz-yeterlik inançlarını etkilediği ortaya konmuştur.

Anahtar Sözcükler: Cinsiyet, Egzersiz, Öz-yeterlik

Investigation Of Self-Efficacy Beliefs Of Regularly Exercısıng And Non-Exercısıng İndıvıduals

Introduction and Purpose: Exercise, when done regularly, is very useful for the physical and psychological health. In this study, it was aimed to examine the self-efficacy beliefs of individuals who exercise and do not in terms of gender and exercise variables.

Method: In the study, the concept of regular exercise is considered as an exercise done for 30 minutes at least 3 days a week for at least 1 year. A total of 248 volunteers, including 130 women (52%) and 118 men (48%), 127 (51%) people exercising and 121 (49%) people who did not exercise voluntarily participated in this study. General Self-Efficacy Scale consisting of 10 items and one dimension was applied to the participants. Data were analyzed using descriptive statistics, t test, One Way ANOVA and Tukey test.

Findings and Conclusion: A significant difference was found between self-efficacy beliefs of women and men ($t=-2.886$: $p<0.05$) and between self-efficacy beliefs of individuals who exercise and those who do not ($t=4.892$:

$p<0.05$). Also, the exercising woman and the exercising man; a man exercising with a woman who does not exercise; it was determined that there are significant differences between men who exercise and men who do not ($p<0.05$). As a result, it has been shown that men have higher self-efficacy beliefs than women, individuals who exercise have higher self-efficacy than individuals who do not exercise, and that gender and exercise affect the self-efficacy beliefs of individuals.

Keywords: Gender, Exercise, Self-efficacy

SB163

FİTNESS YAPANLARIN BENLİK SAYGISI, SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE SOSYALLEŞME DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

***[1]Mahmut KORKMAZ*, [2]Tuna USLU**

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** mahmutkorkmaz1984@gmail.com, tuna.uslu@fbu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma, fitnessın günlük hayatta önemli bir yer tutması ve fiziksel egzersizlerin psikoloji üzerine etkisi göz önünde bulundurularak, fitness yapanların sporda sosyalleşme, benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Literatür incelendiğinde bu üç değişkenin karşılaştırıldığı bir çalışma da olmadığı görülmüştür.

Yöntem: Araştırmanın evrenini Tuzla ve Pendik ilçelerinde bulunan özel ve kamuya ait fitness salonları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise bu evrenden tesadüfî örneklem yöntemiyle belirlenen 16 farklı fitness salonu oluşturmaktadır. Kasım 2019 tarihinden başlanarak Ocak 2020 sonuna kadar 3 ayı kapsayan süre boyunca anket uygulanmış, toplanan 400 anketten 279 tanesi değerlendirmeye alınmıştır. Ölçeklere geçerlik ve güvenirlik analizi yapılmıştır. Demografik özelliklerin ve spor yapma sıklıklarının karşılaştırılmasında t-testi, varyans analizi (ANOVA) ve Sidak testi kullanılmıştır. Sporda sosyalleşme, benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasındaki ilişkilerin tespit edilmesi için korelasyon ve etkilerin bulunabilmesi için regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeyleri ile benlik saygısı algıları arasında negatif yönde, orta düzeyde güçlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların sosyal görünüş kaygı düzeyleri ile sporda sosyalleşme düzeyleri arasında negatif yönde, zayıf düzeyde güçlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Fitness ve fitnessla birlikte başka sporla ilgilenen katılımcılarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve sporda sosyalleşme düzeylerinin benzer şekilde eğilim gösterdiği tespit edilmiştir. Sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı ile orta düzeyde güçlü negatif ilişkiler içinde olduğu, sporda sosyalleşmenin ise benlik saygısıyla zayıf düzeyde negatif ilişki içinde olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sporda sosyalleşme ve benlik saygısı arasında ise pozitif düzeyde orta dereceli güçte anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Sporda sosyalleşme düzeyindeki artışın benlik saygı düzeyini yükselteceği görülmüştür. Sporda sosyalleşme düzeyi ve benlik saygı düzeyi yüksek olan sporcularda sosyal görünüş kaygı düzeyinin daha düşük seviyelerde olduğu, sporda sosyalleşme düzeyi ve benlik saygı düzeyi düşük olan sporcularda ise sosyal görünüş kaygı düzeyinin daha yüksek seviyelerde olduğu söylenebilir.

Investigation Of The Relationships Between The Self-Esteem, Social Appearance Anxiety, And Socialization Levels Of Fitness Practitioners

Introduction and Purpose: This study was carried out to determine the relationships between fitness, self-esteem and social appearance anxiety of fitness practitioners, considering the importance of fitness in daily life and the effect of physical exercises on psychology. When the literature was examined, it was seen that there was no study comparing these three variables.

Method: The universe of the research consists of private and public fitness centers in Tuzla and Pendik districts. The sample of the study consists of 16 different fitness centers selected from this population by random sampling method. The questionnaire was applied for a period of 3 months starting from November 2019 until the end of January 2020, and 279 of the 400 questionnaires collected were evaluated. Validity and reliability analysis of the scales was made. T-test, analysis of variance (ANOVA) and Sidak test were used to compare demographic characteristics. Regression analysis was used to find correlations and effects in order to determine the relationships between socialization, self-esteem and social appearance anxiety levels in sports.

Results: In the study, it was found that there was a negative, moderately strong and meaningful relationship between participants' social appearance anxiety and their self-esteem perceptions. In the study, it was seen that the high self-perception level of the participants would decrease their social appearance anxiety. It was determined that there was a weak, strong and significant relationship between the social appearance anxiety levels of the participants and their socialization levels in sports. It was found that self-esteem, social appearance anxiety and socialization levels in sports tend to be similar in participants who are interested in fitness and fitness as well as other sports. It was observed that social appearance anxiety had moderately strong negative relationships with self-esteem, while socialization in sports had a weak negative relationship with self-esteem.

Conclusion: It has been concluded that there is a positive and moderately significant relationship between socialization and self-esteem in sports. It has been observed that the increase in the level of socialization in sports will increase the self-esteem level. It can be said that the level of social appearance anxiety is lower in athletes with high level of socialization and self-esteem in sports, and the level of social appearance anxiety in athletes with low level of socialization and self-esteem in sports.

SB168

BASKI ALTINDA GÖSTERİLEN ZAYIFLIKLARI AZALTMA: HEDEF BAĞLILIĞININ TAKIM SPORLARINDAKİ ROLÜ

[1]Ender ŞENEL

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Muğla

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, hedef bağlılığının takım ve bireysel direnç gösterme özelliklerinin baskı altında gösterilen takım ve bireysel zayıflıkları azaltmadaki rolünü incelemektir.

Yöntem: 289 takım sporcusu araştırmaya dahil edilmiştir. Amerikan Futbolu, Basketbol, Futbol, Hentbol, Hokey ve Voleybol branşlarından sporcular Takım Direnci Envanterini doldurmuştur. Takım direnci envanterinin maddeleri sporcuların kendilerine ilişkin algılarını ölçecek şekilde yeniden düzenlenmiştir. Klein ve arkadaşlarının Tek Boyutlu Hedeften Bağımsız Bağlılık ölçeği sporcuların bireysel ve takım hedeflerine bağlılıklarını ölçmek için spor ortamına uygun şekilde düzenlenerek kullanılmıştır. Baskı altında gösterilen zayıflıkları azaltmak için aracı modeller hipotez edilmiştir. Direnç özellikleri, hedeflere bağlılık ve zayıflıklar arasında öne sürülen bu aracı modeller test edilmiştir.

Bulgular: Hipotez edilen 28 model arasından 6 modelin parametre tahminleri anlamlı çıkmıştır. Analizlere göre, direnç özellikleri göstermede takım yeteneği ile baskı altında gösterilen bireysel zayıflıklar arasındaki ilişkide takım hedeflerine ve bireysel hedeflere bağlılık aracı rol oynamıştır. Ayrıca, direnç özellikleri göstermede takım yeteneği ile baskı altında gösterilen bireysel zayıflıklar ve takım zayıflıkları arasındaki ilişkide takım hedeflerine ve bireysel hedeflere bağlılık aracı rol oynamıştır.

Sonuç: Takım ve bireysel direnç özelliklerinin yanı sıra, takım ve bireysel hedeflere bağlılığın baskı altında gösterilen takım ve bireysel zayıflıkları azaltmada önemli rolleri olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Decreasing Vulnerabilities Being Revealed During Stressors: The Role Of Goal Commitment In Team Sports

Introduction and Purpose: The aim of this study was to examine the role of goal commitment to decrease team and individual vulnerabilities being revealed during stressors by team and individual resilience characteristics.

Method: Two hundred eighty-nine team players were recruited. The players of American Football, Basketball, Soccer, Handball, Hockey, and Volleyball responded to the Team Resilience Inventory. The items of team resilience inventory were revised to assess athletes' resilient perceptions about themselves. Klein et al. Unidimensional Target-Free commitment scale was used to assess athletes' commitment to individual and team goals by designing the items to measure commitment to individual and team goals in the sports environment. We proposed mediator models to decrease vulnerabilities revealed during the stressor. We tested mediation models between resilience characteristics, commitment to the goals and vulnerabilities.

Results: Of the 28 proposed models, 6 had significant parameter estimates. According to the analyses, the relationship between team ability to demonstrate resilient characteristics and individual vulnerabilities being

revealed during stressors is mediated by the commitment to the team and individual goals. Also, the relationship between team ability to demonstrate resilient characteristics, team and individual vulnerabilities being revealed during stressors is mediated by the commitment to the team and individual goals.

Conclusion: It can be concluded that, as well as the team and individual resilience characteristics, commitment to the team and individual goals have critical roles to decrease team and individual vulnerabilities being displayed during stressors.

SB169

FARKLILAŞTIRILMIŞ DÖNÜŞÜMCÜ LİDERLİK ENVANTERİ: SPOR ORTAMINDA GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[2]Recep GÖRGÜLÜ, [3]İlhan ADİLOĞULLARI, [1]Ender ŞENEL

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Muğla
[2]Bursa Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü
[3]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Email : *gorgulurecep@gmail.com, ilhanadilogullari@gmail.com , endersenel@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı farklılaştırılmış dönüşümcü liderlik ölçümünü Türkçeye uyarlamak, spor ortamında geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmaktır.

Yöntem: Araştırmaya 187 sporcu katılmıştır. Sporcuların antrenörlerine ilişkin algıları bu ölçümün temelini oluşturduğundan sporculara antrenörleriyle çalışma süreleri sorulmuştur. Sporcular, Hardy ve arkadaşları tarafından geliştirilen Callow ve arkadaşları tarafından spor ortamı için düzenlenen Farklılaştırılmış Dönüşümcü Liderlik Envanterini doldurmuştur. Envanterin ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması için eş zamanlı olarak sporcular Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Envanterine de cevap vermiştir. Envanterin yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analiziyle test edilirken ölçüt bağıntılı geçerlik için korelasyon testi kullanılmıştır. Envanterin iç tutarlılık katsayısı alfa katsayısı ile hesaplanırken güvenirlik için bileşik güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Envanterin her bir boyutu için uyum indeksleri hesaplanırken 7 faktörlü model yapısı da test edilmiştir.

Bulgular: Analiz sonuçları her bir boyutun mükemmel uyum indekslerine sahip olduğunu gösterirken 7 faktörlü model için bazı maddelerin çıkarılması gerektiğini ortaya çıkarmıştır. İlgili maddeler çıkarıldıktan sonra analizler yeniden yapılmış 7 faktörlü modelin kabul edilebilir düzeyde uyum indekslerine sahip olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak, farklılaştırılmış dönüşümcü liderlik envanterinin Türkçe sürümünün Türk sporcuların antrenörlerine ilişkin dönüşümcü liderlik algılarını ölçmek için uygun olduğu söylenebilir.

Differentiated Transformational Leadership Inventory: Validity And Reliability Study In Sport Environment

Introduction and Purpose: The aim of this study was to adapt the Differentiated Transformational Leadership Inventory into Turkish and to analyze its validity and reliability within the sports environment.

Method: One hundred eighty-seven athletes participated in the study. Because the perceptions of athletes about their coaches constituted the fundamentals of this measurement, the athletes were asked to report how long they have been working with their coaches. The athletes responded to Differentiated Transformational Leadership Inventory, developed by Hardy et al., and redesigned by Callow et al. for the sports environment. For criterion-related validity, the athletes were asked to complete the Athletic Coping Skills Inventory concurrently. The construct validity of the inventory was tested with confirmatory factor analysis, while the correlation test was used for concurrent validity. The alpha coefficient was calculated for internal consistency, while composite reliability

was calculated for reliability. Whereas the model fit indices were calculated for each dimension of inventory, the 7-factor model was also tested.

Results: Analyses revealed that each dimension had a perfect fit except for the 7-factor model, which indicated that some of the items should be removed. After removing the related items, confirmatory factor analysis was reconducted, the 7-factor model produced an acceptable fit indices.

Conclusion: Consequently, it can be said that the Turkish version of Differentiated Transformational Leadership Inventory is suitable to measure transformational leadership perceptions of Turkish athletes about their coaches.

SB180

ÖĞRENCİLERİN İNTERNET BAĞIMLILIĞININ ARAŞTIRILMASI

***[1]Özlem Tunçalp*, [1]Cemal Gündoğdu**

[1]İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya

Email : *ozlem.tunacalp10@gmail.com, cemal.gundogdu@inonu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada amaç, Malatya ilinde özel okullarda öğrenim gören lise öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerini belirleyerek farklı değişkenler ışığında incelemektir.

Yöntem: Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni, Malatya ilinde özel okullarda öğrenim gören 7479 lise öğrencisidir. Araştırmanın örneklem grubu ise Malatya ilinde özel okullarda öğrenim gören 1400 lise öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi seçilirken, araştırma evreninin sosyodemografik özelliklerinin kümeleşme göstermediği görülmüş ve belirli bir kısıtlama yapılmayarak, 1400 öğrenci rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Araştırma verilerinin toplanması amacıyla iki bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Birinci bölümde araştırmacı tarafından hazırlanmış 11 sorudan oluşan Kişisel Bilgiler Formu, ikinci bölümde ise Kimberly Young (1996) tarafından geliştirilen, 20 maddeden oluşan altılı likert tipi bir ölçek olan İnternet Bağımlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin internet bağımlılığı ile cinsiyet, sınıfı, spor yapma ve spor yapma süreleri arasında istatistiksel olarak bir ilişki saptanmamıştır. İnterneti nerede kullanmaları ile internet bağımlılık düzeyi arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki, haftada interneti kullanma sıklığı arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki, internet kullanma sıklığı arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki, ne kadar zamandır interneti kullanma süresi arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda öğrencilerin internet kullanımları ile cinsiyet, sınıf, daha önce spor yapma durumu ve daha önce spor yapan öğrencilerin spor yapma süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamış, öğrencilerin internet bağımlılık durumlarının interneti kullanma yerine, haftada kullanma sıklığına, interneti günde kullanma sıklığına ve interneti kullanma sürelerine, internet kullanım amaçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, İnternet, İnternet bağımlılığı, Öğrenci, Spor.

INVESTIGATION OF STUDENTS' INTERNET ADDICTION

Purpose: The aim of this study is to determine internet addiction levels of graduate students who have been studying in private high schools in Malatya

Material and method: The scanning model was used in this research. The population of the study is 7479 high school students studying in private schools in the province of Malatya. The sample group of the study consisted of 1400 high school students studying in private high schools in Malatya. While the sample of the study was selected, it was observed that the sociodemographic characteristics of the research population did not cluster, and 1400 students were randomly selected without any restrictions. In order to collect research data, a

questionnaire form consisting of two parts was used. In the first part, the Personal Information Form consisting of 11 questions prepared by the researcher, and the Internet Addiction Scale, a 6-point Likert-type scale with 20 items developed by Kimberly Young (1996), was used in the second part.

Results: There is no significant relationship between the Internet addiction and gender, grade level, doing sport and spending time for sport. There is significantly positive and low-level relationship between the place of using the Internet and level of the Internet addiction, and, the frequency of using the Internet in a week. There is significantly positive and low-level relationship between the Internet addiction and the frequency of using the Internet, and, how long using the Internet.

Conclusion: There is no significant relationships between the Internet usage and gender, grade level, doing sport and spending time for sport. There is significant difference between the Internet addiction of students and the place of using the Internet, usage frequency in a week, usage frequency in a day, spending time for the Internet, the purpose of using the Internet.

Keywords: Addiction, İnternet, Internet addiction, Student, Sports.

SB190

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE BASKETBOLCULARDA YARDIMSEVERLİĞİN MUTLULUK ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Engin Çinibulak*, [1]Mehmet Acet, [1]Yunus Şahinler, [1]İrfan Kara, [1]Binnur Güldalı**

[1]Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi

***Email :** engincinibulak@hotmail.com, acetmehmet44@gmail.com, yunusahinler@gmail.com, irfankaramsd@hotmail.com, bguldali@gelisim.edu.tr*

Özet Bu çalışmada; pandemi basketbolcuların yardımseverlik ve mutluluk düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmaya İstanbul, Yalova ve Sakarya illerinde %60,6 erkek, %39,4 kadın olmak üzere toplam da 687 basketbolcu katılmıştır. Çalışmada; basketbolcuların pandemi sürecinde yardımseverlik düzeylerini ölçmek Demirci, İ. (2017) tarafından geliştirilmiş 7 madde ve 5'li likert tipinde ve tek boyuttan oluşan "Yardımseverlik Ölçeği" kullanılmıştır. Mutluluk düzeylerini ölçmek için ise Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilmiş, Türkçe 'ye uyarlama çalışması Doğan ve Çötok (2011) tarafından yapılmış "Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır.

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 25.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Kişisel özellikler frekans ve yüzde değerleri analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermeleri sebebiyle parametrik testler olan bağımsız örnekler t-testi kullanılmıştır.

Bulgular Verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgulara göre; basketbolcuların cinsiyeti, korona virüsün hayatı etkileme durumu, yaşlı bireylere yardım etme durumu, ne düzeyde spor yapıyorsunuz, psikolojik bir yardım alma durumu değişkenlerinde pandemi sürecinde yardımseverlik ve mutluluk düzeylerinde anlamlı farklılıklar görülmüştür.

Sonuç olarak; basketbolcuların pandemi sürecinde yaşadıkları durumların yardımseverlik ve mutluluk üzerinde etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Pandemi, Basketbol, Yardımseverlik, Mutluluk.

THE EFFECT OF HELPING HELP PLAYERS IN THE COVID-19 PANDEMA PROCESS ON HAPPINESS

Abstract In this study; It is aimed to investigate the philanthropy and happiness levels of pandemic basketball players according to different variables.

687 basketball players, 60.6% male and 39.4% female, participated in the study in Istanbul, Yalova and Sakarya provinces. Study; To measure the level of benevolence of basketball players in the pandemic process Demirci, İ. (2017) " BenevolenceScale" consisting of 7 items and 5-point Likert type and one dimension was used. To measure the level of happiness Hills and Argyle (2002) was developed by Turkish 'adaptation to nature study and Coto (2011) by "Happiness Scale" is used. SPSS 25.0 statistical software was used to evaluate the data.

Personal characteristics, frequency and percentage values were analyzed. Independent samples t-test, which are parametric tests, were used due to the normal distribution of data.

According to the findings obtained as a result of the analysis of the data; There were significant differences in the levels of philanthropy and happiness in the variables of gender of the basketball players, the life-affecting state of the corona virus, the status of helping elderly individuals, what level of sports you do, and getting a psychological help.

As a result; It has been determined that the situations experienced by basketball players during the pandemic have an effect on benevolence and happiness.

Keywords: Sports, Pandemic, Basketball, benevolence, happiness

SB193

ANTRENÖRLERİN NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ILE YETERLİLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Zübeyde CANKURTARAN, [2]Milaim BERISHA

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Spor Yönetimi Bölümü, İstanbul
[2]İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, Antrenörlük Bölümü, İstanbul

Email : *zubeydecankurtaran@gmail.com, mberisha@gelisim.edu.tr*

Bu çalışmada, spor ortamında etkilerinin olabileceği düşünülmekte olan, antrenörlerin narsistik kişilik özellikleri ile yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma grubunu, farlı branşlarda (okçuluk, tekvando, fitness, atletizm, yüzme, futbol, basketbol, voleybol, buz hokeyi) görev alan 122' si erkek 80' i kadın olmak üzere toplam 202 antrenör oluşturmaktadır. Çalışmada, Atay (2009) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Narsistik Kişilik Envanteri (NPI), Unutmaz ve Gençer'in (2017) geçerlik ve güvenirliklerini yaparak Türkçe'ye uyarladıkları Antrenör Yeterlilik Ölçeği-II ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Analiz sürecinde, ikili gurupların karşılaştırılmasında t-test, üç ve daha fazla bağımsız grupların karşılaştırılmasında ise ANOVA ve Post Hoc Tukey Testtin'den yararlanılmıştır. Antrenörlerin narsistik kişilik özellikleri ile yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için Pearson Corelation analizi kullanılmıştır. Çalışmada, cinsiyet değişkenine göre, fiziksel kondisyon ve oyun stratejileri boyutlarında kadın antrenörlerin, karakter oluşumu boyutunda ise, erkek antrenörlerin değerlerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p< 0.05$). Spor kategorisi değişkeni açısından incelendiğinde ise, bireysel ve takım sporlarında görev alana antrenörlerin, yeterlilik düzeyleri arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > 0.05$). Antrenörlerin, narsistik kişilik (sömürücülük, otorite ve üstünlük) özellikleri ile yeterlilik düzeyleri arasında anlamlı ilişki belirlenirken ($p< 0.05$), narsistik kişiliğin diğer özellikleri (teşhircilik, hak iddia etme ve kendine yeterlilik) ile antrenör yeterlilik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olamadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$).

Anahtar Kelimeler: narsistik kişilik özellikleri, antrenör yeterlilik, antrenörler, bireysel sporlar, takım sporları

Investigation Of The Relationship Between The Coaches Narcissistic Personality Traits And Their Competence Levels

In this study, it was aimed to examine the relationship between the proficiency levels of trainers and narcissistic personality traits, which are thought to have effects in the sports environment. The working group consists of a total of 202 trainers, 122 of whom are men, 80 of whom are women, working in different branches (archery, taekwondo, fitness, athletics, swimming, football, basketball, volleyball, ice hockey). In the study, Narcissistic Personality Inventory (NPI), which was adapted to Turkish by Atay (2009), Coach Proficiency Scale-II, which Unutmaz and Gençer (2017) adapted to Turkish by making validity and reliability .and Personal Information Form was used. During the analysis process, the t-test was used to compare paired groups, ANOVA and Post Hoc Tukey Tests were used to compare three or more independent groups. Pearson Corelation analysis was used to reveal the relationship between coaching competency levels and narcissistic personality traits. According to the findings of the study, it was determined that female coaches had higher values in the dimension of physical condition and game strategies, and male coaches in the dimension of character formation. ($p <0.05$). It was determined that there is no significant difference between the proficiency levels individual and team sports coaches ($p> 0.05$). While a significant correlation was determined between the narcissistic personality (exploitative, authority, and superiority) traits and their competence levels ($p <0.05$), it was determined that there was no significant relationship between the other characteristics of the narcissistic personality (exhibitionism, claiming rights, and self-efficacy) and trainer efficacy levels ($p> 0.05$).

Keywords: narcissistic personality traits, coach competence, coaches, individual sports, team sports

SB198

PSİKOLOJİK BECERİ ANTRENMANLARININ HOKEY BECERİSİ VE PSİKOLOJİK PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİNİN INCELENMESİ

***[1]Ali YILDIRIM*, [1]Zeynep Filiz DİNÇ, [2]Levent SANGÜN**

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi Adana Meslek Yüksek Okulu, Adana

***Email :** aliyildirim2784@gmail.com, zdinc@cu.edu.tr, leventsangun@gmail.com*

Giriş ve Amaç:Spor bilimleri alanında yapılan çalışmalara baktığımızda, performans sporcularının üst düzey başarı gösterebilmeleri için teknik ve taktik antrenmanlarıyla beraber psikolojik beceri (zihinsel) antrenmanlarına da yer verilmesinin önemli olduğu görülmektedir. Sporcuların, fiziksel kapasiteleri haricinde psikolojik kapasitelerinin de gözönünde bulundurulması ve bu konuya yer verilmesinin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Sporcuların psikolojik becerilerine yeteri kadar önem verilmemesi göz ardı edilmesi sporculardan beklenen başarıyı yakalayamamalarına neden olmaktadır (Mazumdar, 2006). Bu araştırmanın amacı, 10 haftalık psikolojik beceri antrenmanlarının hokey becerisi ve psikolojik performans üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini Gaziantep ilinde bulunan hokey kulüplerinde düzenli antrenman yapan ortalamax= 14-16 yaş(yıl) aralığındaki erkek hokey sporcular oluşturmaktadır. Araştırma; ön test-son test modeli ve deney-kontrol gruplarının karşılaştırılması formatında yapılmıştır. Verileri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu, Brickenkamp (1981) tarafından geliştirilen "D2 Dikkat Testi", Akın (2007) tarafından geliştirilen "Öz-güven ölçeği", Smith R. ve ark. (1995) tarafından geliştirilen "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği", Lemmink ve ark. (2004) tarafından geliştirilen "Hokey Top Sürme Testi" ve Smith (2001) tarafından geliştirilen "Flick Tekniği ile Şut Atma Testi" uygulanmıştır. Çalışma süresince elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 23 istatistik paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin normallik sınaması Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmıştır. Deney ve kontrol grubu bakımından grupların karşılaştırılması için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Ön-test ve son- test değerlerinin grup içi karşılaştırılmasında ise Wilcoxon testi kullanılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı düzeyi $p<0.05$ kabul edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: 10 haftalık psikolojik beceri antrenmanları sporcuların hokey becerisini arttırmış ve öz güven düzeyi gibi sporcuların psikolojik perormansı üzerinde olumlu bir etkisi olmuştur. Anahtar Kelimeler: Hokey, Psikolojik Beceri, Spor

Bu araştırma Doktora tez çalışmasından yapılmıştır ayrıca Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri tarafından TDK-2019-11895 Nolu proje ile desteklenmiştir.

Examining The Effect Of Psychological Skill Training On Hockey Skill And Psychological Performance

When we look at the studies in the field of sports sciences, it is seen that it is important to include psycological (mental) training as well as technical and tactical training in order for performance athletes to achieve a high level of success. The necessity of considering the psycological capacities of athletes other than their physical capacities and the necessity of including this issue emerges.Not paying enough attention to and ignoring the psycological skills of the athletes causes them to fail to achieve the expected success. (Mazumdar,2006) The aim

of this study is to examine the effects of 10 weeks of psycological skill training on hockey skill and psycological performance.

The sample of the study consists of male hockey players between the ages (years) of 14-16 who regularly train in hockey clubs in Gaziantep. Research were made in the format of Pre-test – Post-test model and comparison of Experiment- Control groups. Personal Information Form, 'D2 Attention Test' developed by Brickencamp (1981), 'Self Confıdence Scale' developed by Akın (2007), 'Scale for the Assessment of Psycological Skills of Athletes' developed by Smith R. Et al (1995), 'Hockey Dribbling Test' developed by Lemmink et al (2004) and 'Shooting Test with Flick Technique' developed by Smith (2001) were applied to collect the data.SPSS 23 statistical package program was used to analyze the data obtained during the study. The normailty test of the data of the data obtained was done with the Kolmogorov-Smirnov Test. Kruskal Wallis Test was used to compare the groups in terms of experimental and control groups. Wilcoxon Test was used to compare the Pre-test and Post-test values within the group. Statistically significant level of $p<0.05$ was considered.

10 weeks of psycological skill training increased athletes'hockey skills and had a positive effect on the psycological performance of athletes, such as the level of self-confidence.

Key Words: Hockey, Psycological Skill, Sport

SB199

LİFE KİNETİK ANTRENMANLARININ HOKEY BECERİSİ VE PSİKOLOJİK PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİNİN INCELENMESİ

***[1]Ali YILDIRIM*, [1]Zeynep Filiz DİNÇ, [2]Levent SANGÜN**

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi Adana Meslek Yüksek Okulu, Adana

***Email :** aliyildirim2784@gmail.com, zdinc@cu.edu.tr, leventsangun@gmail.com*

Giriş ve Amaç:Life kinetik antrenman programları çabuk algılama, karmaşık hareketleri yapabilme, görsel olarak takip edebilme ve hızlı karar verebilme gibi özellikler kazandırmasının yanında bu özellikleri kazandırırken hiçbir hareketi sürekli uzun süre sıkıcı bir hale gelmeden değişik şekillerde uygulanmasını sağlamaktadır. Life kinetik sayesinde sporcuların sadece spordaki fiziksel, teknik ve taktiksel yeteneklerini mükemmelleştirmekle kalmaz, aynı zamanda sporcuların da akıllı olmaları ve sporcuların görevlerini sunma yükümlülüklerine elde edilmesine de katkı sunmaktadır (Komarudin ve Awwaludin, 2019). Bu araştırmanın amacı, 10 haftalık life kinetik antrenmanlarının hokey becerisi ve psikolojik performans üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem:Araştırmanın örneklemini Gaziantep ilinde bulunan hokey kulüplerinde düzenli antrenman yapan ortalama x=14-16 yaş (yıl) aralığındaki erkek hokey sporcular oluşturmaktadır. Araştırma; ön test-son test modeli ve deney-kontrol gruplarının karşılaştırılması formatında yapılmıştır. Verileri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu, Brickenkamp (1981) tarafından geliştirilen "D2 Dikkat Testi", Akın (2007) tarafından geliştirilen "Öz-güven ölçeği", Smith R. ve ark. (1995) tarafından geliştirilen "Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği", Lemmink ve ark. (2004) tarafından geliştirilen "Hokey Top Sürme Testi" ve Smith (2001) tarafından geliştirilen "Flick Tekniği ile Şut Atma Testi" uygulanmıştır. Çalışma süresince elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 23 istatistik paket programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin normallik sınaması Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmıştır. Deney ve kontrol grubu bakımından grupların karşılaştırılması için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Ön- test ve son -test değerlerinin grup içi karşılaştırılmasında ise Wilcoxon testi kullanılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık düzeyi $p<0.05$ kabul edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: 10 haftalık life kinetik antrenmanları sporcuların hokey becerisini arttırmıştır, life kinetik antrenmanlarının öz güven düzeyi gibi sporcuların psikolojik performansı üzerinde olumlu bir etkisi olmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Hokey, Life Kinetik, Spor

Bu araştırma Doktora tez çalışmasından yapılmıştır ayrıca Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri tarafından TDK-2019-11895 Nolu proje ile desteklenmiştir.

Examining The Effect Of Life Kinetic On Hockey Skill And Psychological Performance

Beside providing features such as quick attention,ability to follow complex movements,visual follow-ups and making quick reactions, life kinetic training programs provide these features to be done in different ways for along time without becoming boring. Thanks to life kinetic,athletes not just only improve their physical,technical and tactical skills in sports ,but also it contribute to the athletes' obligations to present their duties. (Komarudin and

Awwaludin,2019) The aim of this research is to examine the effects of a 10 week kinetic training on hockey skills and psychological performance.

The sample of the study consists of male hockey players between the ages (years) of 14-16 who regularly train in hockey clubs in Gaziantep. Research were made in the format of Pre-test – Post-test model and comparison of Experiment- Control groups. Personal Information Form, 'D2 Attention Test' developed by Brickencamp (1981), 'Self Confıdence Scale' developed by Akın (2007), 'Scale for the Assessment of Psycological Skills of Athletes' developed by Smith R. Et al (1995), 'Hockey Dribbling Test' developed by Lemmink et al (2004) and 'Shooting Test with Flick Technique' developed by Smith (2001) were applied to collect the data.SPSS 23 statistical package program was used to analyze the data obtained during the study. The normailty test of the data of the data obtained was done with the Kolmogorov-Smirnov Test. Kruskal Wallis Test was used to compare the groups in terms of experimental and control groups. Wilcoxon Test was used to compare the Pre-test and Post-test values within the group. Statistically significant level of $p<0.05$ was considered.

10 week Life kinetic training program has improved the hockey skills of the athletes , but life kinetic training did not have any positive effects on the psychological performance of athletes, such as the level of selfconfidence.

Keywords: Hockey, Life Kinetic, Sport

SB209

FUTBOL HAKEMLERİNİN ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE INCELENMESİ: YOZGAT ILİ ÖRNEĞİ

[1]TOLGA HANAYOĞLU

[1]Yozgat Bozok Üniversitesi, YOZGAT

Giriş ve Amaç: Özgüven duygusal anlamda bir gerekliliktir ve kişilerde son derece önemlidir. Futbol hakemi saha içinde karar verme yetkisine sahip tek kişi olması sebebiyle kararlarında özgüvenli olması gerekmektedir. Futbol hakemlerinin özgüven düzeyleri saha içi performansını etkileyebilmektedir. Futbol hakemlerinin özgüven konusunda hangi değişkenlerden etkilendiği özgüvenlerini geliştirmede önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı Yozgat ilinde görev yapan futbol hakemlerinin özgüven düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın evrenini Yozgat ilinde görev yapan faal futbol hakemleri oluşturmaktadır. Olasılıklı örnekleme yöntemlerinden basit tesadüfi örnekleme tekniği ile belirlenen araştırma örneklemi ise, Yozgat ilinde görev yapmakta olan 45 futbol hakeminden oluşmuştur. Hakemlerin özgüven düzeylerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" ve Akın (2007) tarafından geliştirilen ve 33 maddeden oluşan "Özgüven Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 5 dereceli likert tipinde hazırlanmış ve elde edilen yüksek puan, yüksek özgüveni vermektedir. Verilerin analizinde bağımsız gruplar T testi ve Anova testi kullanılmıştır.

Bulgular: Analizler sonucu elde edilen bulgulara göre futbol hakemlerinin öz güven düzeylerinde yaş, gelir durumu, hakemlik yılı, medeni durumu, eğitim seviyeleri, mesleği ve klasman durumları değişkenlerinde anlamlı bir fark($p<0,05$) tespit edilirken, lisanlı futbol oynama değişkeninde anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda yaşı büyük olan, eğitim durumu yüksek olan, gelir durumu fazla olan, hakemlik yılı daha uzun olan, medeni durumu evli olan, çalışan ve klasmanı yüksek olan futbol hakemlerinin özgüven seviyeleri daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Lisanslı futbol oynayan ve oynamayan futbol hakemlerinin özgüven seviyelerinde bir farklılık bulunmamıştır

Examining The Self-Confidence Levels Of Football Referees According To Various Variables: Example Of Yozgat Province

Introduction and purpose: Self-confidence is an emotional requirement and is extremely important to people. Since the football referee is the only person authorized to make decisions on the field, his decisions must be self-confident. Soccer referees' self-confidence levels can affect on-field performance. It is important to develop self-confidence in which variables of football referees are affected by self-confidence. The aim of this study is to examine the self-confidence levels of football referees working in Yozgat province in terms of various variables.

Method: The universe of the research is active football referees working in Yozgat province. The research sample determined by simple random sampling technique, which is one of the probable sampling methods, consists of 45 football referees working in Yozgat province. In order to determine the self-confidence levels of the referees, "Personal Information Form" developed by the researcher and "Self Confidence Scale" consisting of 33 items

developed by Akın (2007) were used. The scale has been prepared in 5-grade likert type and the high score gives high self-confidence. Independent groups T test and Anova test were used in the analysis of the data.

Results: According to the findings obtained as a result of the analysis, a significant difference ($p < 0.05$) was determined in the variables of age, income status, years of employment, marital status, education levels, occupation and classification of football referees' self-confidence levels, while a significant difference was observed in the language of playing football. not detected.

Result: As a result of the research, it has been concluded that football referees who are older, have high educational status, have high income status, have longer referee years, marital status, employees and high classification have higher self-confidence levels. There was no difference in self-confidence levels of football referees playing and not playing licensed football.

SB235

"FUTBOL HAKEMLİĞİ CESARET ÖLÇEĞİ" ÖN ÇALIŞMASI VE FUTBOL HAKEMLERİNİN BAZI KİŞİSEL DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Erkut Konter, [1]Ulaş Aksoy

[1]İzmir GSİM, Spor Eğitim Uzmanı,Ege Üniversitesi Doktora Öğrencisi,İZMİR
[2]Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, İZMİR

Email : *erkut.konter@gmail.com, ulasaksoy@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor cesaret kaynakları, cesaretin; sağlık, performans ve başarıda önemli rol oynadığını göstermektedir (XXX). Buna karşın, futbol hakemliğinde cesaret ile ilgili bir ölçüm aracı bulunmamakla birlikte araştırmaya dayalı bilgiler de çok yetersizdir. Bu nedenle bu araştırmanın amacı; "Futbol Hakemliği Cesaret Ölçeği-FHCÖ" ön çalışmasını yapmak ve futbol hakemlerini bazı kişisel değişkenler açısından incelenmektir.

Yöntem: Veriler, yaşları 18 ile 41 arasında değişen 271 erkek futbol hakeminden toplanmıştır. (M=27.81 ± 5.05 yıl). Başlangıç olarak geliştirilen 52 maddelik FHCÖ; İzmir ve Aydın illlerinde aktif olarak görev yapan, değişik düzeylerdeki futbol hakemlerine kişisel bilgi formuyla birlikte uygulanmıştır. Toplanan veriler Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA), principal component ve varimax rotasyonu uygulanarak incelenmiştir. Daha sonra ön geliştirme çalışması yapılan FHCÖ-20, verilerin normal olmayan dağılımı dikkate alınarak Spearmen korelasyonu ve parametric olmayan testler uygulanarak (Mann-Whithney U ve Kruskal-Wallis) bağımsız değişkenler açısından araştırılmıştır.

Bulgular: AFA madde elemeleri, 5 faktörlü (Atılganlık-AT, Kendine Güven-KG, Tehlikeyi Göze alma/Korkuyla Baş Etme- TGA, Kararlılık-KR ve Kendini Feda Etme/Öz verili Olma-KFE) 20 maddelik ön FHCÖ'ni iyi düzey geçerlilik ve güvenirlilik değerleriyle (faktörlerin Cronbach Alpha değerleri .733 ile .892 arasında değişmektedir) ortaya koymuştur. Spearman korelasyon analizleri; cesaret faktörleri ile yaş, boy, kilo, hakemlik deneyimi, hakemlik düzeyi, hakemin ceza alma sayısı, futbol oyama deneyimi, şiddete maruz kalma sayısı, eğitim düzeyi ve yabancı dil seviyesi arasında düşükten yükseğe önemli düzeyde olumlu korelasyonları göstermiştir. Kruskal-Wallis and Mann-Withney-U analizleri de belirtilen cesaret faktörleri ile medeni durum, anne ve baba tutumları arasında bir dizi anlamlı sonuçları ortaya koymuştur ($p<.05$).

Sonuç: Futbol hakemliğinde cesaret, belirtilen bağımsız değişkenler açısından önemli gözükmektedir. Gelecek araştırmalar, psikolojik beceriler ve kişilik özellikleri gibi farklı değişkenler açısından futbol hakemliğinde cesareti araştırabilir, sağlık, performans ve başarı değişkenlerine yer verebilir. Bununla birlikte, FHCÖ'nin daha öte geçerlik ve güvenilirlik analizleri için, AFA sonuçlarının Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA) ile test edilmesine gereksinim olduğu söylenebilir.

INITIAL DEVELOPMENT OF SOCCER REFEREEING COURAGE SCALE-SRCS AND EXAMINING SOCCER REFEREES IN RELATION TO SOME INDIVIDUAL VARIABLES

Aim: Sport courage literature indicates that courage plays important role regarding health, performance and success (XXX). However, there is no research exist in soccer refereeing in relation to courage. Therefore, the purpose of this study was to initial development of Soccer Refereeing Courage Scale-SRCS and examining soccer referees in relation to some individual variables.

Method: Data were collected from 271 male soccer referees aged 18 to 41 (M=27.81 ± 5.05 yrs.). Initially developed SRCS with 52 items administered to various levels active soccer referees in İzmir and Aydın cities of Turkey with the personal information form. Collected data was initially analyzed by Exploratory Factor Analyses (EFA) with principal component and varimax rotation. Then, normality tests, Spearman correlations and nonparametric tests (Mann-Whitney U and Kruskal- Wallis) were applied for the non-normal distributed data in order to examine the independent variables of soccer referees in relation to initially developed SRCS-20.

Findings: EFA item eliminations indicated 5 factor and 20 items (Assertiveness-AT, Self Confidence-SC, Venturesome-VS, Determination-DT and Sacrifice Behavior) with the good validity and reliability results (Cronbach Alpha values are ranging between .733 and .892). Spearmen correlations significantly indicated positive low to high correlations between indicated courage factors and age, height, weight, refereeing experience, level of refereeing, number of referee punishment, playing soccer experience, exposed to aggression, level of education and foreign language. Nonparametric Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U analyses also revealed a number of significant differences between indicated courage factors and marital status, perception of mother and father attitudes ($p<.05$).

Conclusion: Results indicated that courage seems to be important in relation to indicated independent variables. More research is needed considering Confirmatory Factor Analyses with the initial developed SRCS-20 for further validity and reliability analyses. Future research could also consider different samples, individual, health, performance and success, psychological skills and personality variables to have more certain conclusions.

SB238

SPOR BİLİMLERİ VE DİĞER FAKÜLTE ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DÜZEYLERİ: ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

[2]Egemen ERMİŞ, [1]Aydan ERMİŞ, [1]Şaban TUĞLU

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, SAMSUN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi,Antrenörlük Eğitimi Bölümü SAMSUN

Email : *egemen.ermis@omu.edu.tr, aydanak@omu.edu.tr, tuglusaban@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor bilimleri fakültesi ve diğer fakülte öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya Spor Bilimleri Fakültesi (n:100) ve diğer fakültelerde (n:100) öğrenim gören 200 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini ölçmek için araştırmacılar tarafından oluşturulan sosyodemografik bilgi formu ile Bilgel ve Bayram (2010) tarafından geliştirilen depresyon, anksiyete ve stres (DASS-42) ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, dörtlü likert tipi değerlendirme sağlamaktadır.

Bulgular: Öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri incelendiğinde; bölüm, yaş ve cinsiyet açısından anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Fakat ortalama değerlere bakıldığında bölüm açısından spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin diğer fakülte öğrencilerine göre ve yaş ortalaması düşük olan öğrencilerin yüksek olan öğrencilere göre daha düşük depresyon, anksiyete ve stres düzeyine sahip olduğu saptanmıştır. Yaş arttıkça öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin olumsuz etkilendiği görülmüştür.

Sonuç: Çalışma cinsiyet açısından değerlendirildiğinde kadınların stres düzeyleri yüksek bulunurken erkeklerin anksiyete düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Depresyon açısından değerlendirildiğinde ise kadın ve erkekler aynı düzeydedir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, Spor Bilimleri, Depresyon, Anksiyete, Stres

DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS LEVELS OF STUDENTS STUDYING IN FACULTY OF SPORT SCIENCES AND OTHER FACULTIES: THE SAMPLE OF ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY

Introduction and Aim: The aim of this study is to compare depression, anxiety and stress levels of students studying in the Faculty of Sports Sciences and other faculties.

Method: A total of 200 students from the Faculty of Sport Sciences (n:100) and from other faculties (n:100) participated in the study voluntarily. In order to measure the depression, anxiety and stress levels of students, a sociodemographic information form prepared by the researchers and depression, anxiety and stress (DASS-42) scale developed by Bilgel and Bayram (2010) were used. The scale provides a 4-Likert type assessment.

Results: When the students' depression, anxiety and stress levels were examined, no significant differences were found in terms of department, age and gender ($p>0.05$). However, when mean values were examined, it was

found that students of Faculty of Sport Sciences and students with a lower mean age had lower depression, anxiety and stress levels when compared with the students of other faculties and students with a higher mean age. Depression, anxiety and stress levels of students were found to be negatively affected as age increased.

Conclusion: In terms of gender, while stress levels of female students were high, anxiety levels of male students were found to be higher. In terms of depression, female and male students were found to have the same levels.

Key Words: Student, Sport Sciences, Depression, Anxiety, Stress

SB247

BOKS HAKEMLERİNİN ÖZ YETERLİLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Merve Uca, [1]Aydın Karaçam

[1]İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *merveuca@aydin.edu.tr, aydinkaracam@aydin.edu.tr*

Araştırma boks hakemlerinin öz yeterlik düzeylerini bazı demografik özellikler açışından ele almayı amaçlamaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 2019-2020 yılında Türkiye boks federasyonunda görev alan ring ve yan hakemlerinden oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan hakem grubunu %50'u (n = 27) kadın ve %50'i (n = 27) erkek olmak üzere 54 hakem oluşturmuştur. Araştırmaya katılan hakemlerin yaş ortalaması 34,75, hakemlik tecrübeleri ortalama 8 yıldır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Karaçam ve Pulur (2017) tarafından geliştirilen " Hakem öz yeterlik Ölçeği" (HÖYÖ) kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 21 programı kullanılarak yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, hakemlerin cinsiyete değişkenine göre karşılaştırılmasında t testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi p <.05 olarak alınmıştır. Boks hakemlerinin yaşları ile öz yeterlik alt boyutlarından olan karar verme ve baskı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Boks hakemlerinin yaşları ve hakemlik yılları ile öz yeterlik toplam puan fiziksel yeterlilik oyun bilgisi ve iletişim alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulanamamıştır. Boks hakemlerinin hakemlik yılları ile öz yeterlik toplam puan ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulanamamıştır. Boks hakemlerinin öz yeterlik düzeyleri ile hakemlerin cinsiyetleri arasında toplam puanda anlamlı fark bulunamazken fiziksel yeterlilik, ve karar verme alt boyutlarında erkekler lehine, oyun bilgisi alt boyutunda kadın hakemler lehine anlamlı fark bulunmuştur.

EXAMINING BOXING REFEREES' LEVELS OF SELF-EFFICIENCY

The aim of the study is to discuss the self-efficacy levels of boxing referees in terms of some demographic features. The research is a descriptive study in relational survey model. Employing the convenience sampling method, the study sample was composed of referees who actively engaged boxing refereeing in boxing federation for Turkey in 2019-2020 years. A total of 54 referees, 50% (n = 27) females and 50% (n = 27) males, who participated in the study. The average age of the referees who participating in the study is 34.75, and the average of refereeing experience is 8 years. The demographic information form and Referee Self-Efficacy Scale (REFS), which was adapted in Turkish by Karaçam ve Pulur (2017), were used as data collection tools in the study. Data analysis of data was conducted using SPSS 21 package program. The Pearson Product Moments-Correlation Coefficient was used to determine the relationships between variables, and a t-test was used to compare referees by gender. The level of significance was taken as p <.05. A positive and significant relationship was found between the ages of the boxing referees, the self-efficacy sub-dimensions of decision making and pressure. No significant relationship was found between the age and years of refereeing and self-efficacy total score, physical efficacy, game knowledge and communication sub-dimensions. There was no significant relationship between the referee years of the boxing referees and the total score and sub-dimensions of self-efficacy. There was no significant difference between the self-efficacy levels of boxing referees and the genders of the referees. In addition, while there was no significant difference between the self-efficacy levels of boxing referees and the genders of the referees, but there was a significant difference in the physical competence and decision-making sub-dimensions in favor of female referees.

SB262

FUTBOLCULARDA SPOR YAŞININ İMGELEME BİÇİMLERİNE ETKİSİ

[1]Vedat Erim

[1]Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

Giriş ve Amaç: İmgeleme, herhangi bir hareketi alıştırma yapmadan, zihinde canlandırarak öğrenme sürecidir. Bu süreç içinde sporcu hareketi planlı bir şekilde hayal eder. İmgeleme gerçek yaşantının taklit edildiği bir süreçtir. İmgeleme performansın bir unsuru olarak görülüp, hareketi mükemmelleştirmek için kullanılabilir. Bu çalışmada amaç erkek futbolcuların spor yaşının imgeleme kullanım biçimlerine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışamaya spor yılı 1-3 yıl olan 112, 4-6 olan 92, 7 yıl ve üzeri olan 120 toplam 324 erkek futbolcu katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Halll ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirliliği Kızıldağ ve Tiryaki (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 soru ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını; "Bilişsel İmgeleme", "Motivasyonel Özel İmgeleme", "Motivasyonel Genel Uyarılmışlık" ve "Motivasyonel Genel Ustalık" oluşturmaktadır. Bilişsel İmgeleme alt boyutunu 1, 2, 4, 5, 7, 9, 13, 14, 15 sorular, Motivasyonel Özel İmgeleme 3, 6, 8, 10, 20, Motivasyonel Genel Uyarılmışlık 11,12, 17, 19, Motivasyonel Genel Ustalık 16, 18, 21 sorular oluşturmaktadır. Spor yılının karşılaştırılmasında ANOVA, farklılık olduğu durumlarda farklılığın yönünü tespit edebilmek için Tukey karşılaştırma testi yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan analiz sonunda, bilişsel imgeleme ve motivasyonel özel imgeleme alt boyutunda spor yaşı 1-3 yıl olanlar 4-6 ve 7 yıl üzeri olanlardan yüksek puana sahip bulunmuştur ($p<0,01$). Motivasyonel genel uyarılmışlık alt boyutunda ise spor yaşı 1-6 yıl olanlar 4-6 yıl olanlardan yüksek puana sahiptir ($p=0,036$). Motivasyonel genel ustalık alt boyutunda gruplar arasında fark yoktur.

Sonuç: Bu sonuçların ortaya çıkmasında futbola yeni başlayanların daha çok imgeleme kullanmaya ihtiyaçları olduğu söylenebilir. Ayrıca spor yapma yılı arttıkça imgeleme kullanmanın azalması da etkili olabilir. Uzun yıllar futbol oynama ile tecrübe kazanmanın imgeleme kullanımını azalttığı söylenebilir.

THE EFFECT OF SPORTS AGE ON THE IMAGERY FORM OF FOOTBALL PLAYERS

Introduction and Aim: Imagery is the process of learning any movement by visualizing it without practice. During this process, the athlete imagines the movement in a planned way. Imagery is a process in which real life is imitated. Imagery can be seen as a factor of performance and can be used to the perfect movement. This study aims to investigate the effect of sports age of male soccer players on their use of imagery.

Method: A total of 324 male football players with a sports year of 1-3 years, 92 with a sports year of 1-3 years, 92 with a sports year of 4-6, 120 with 7 years and over participated in the study. The sports imagery scale developed by Halll et al. (1998) was used as a data collection tool in the study. The Turkish validity and reliability of the scale was made by Kızıldağ and Tiryaki (2012). The scale consists of 21 questions and 4 sub-dimensions. The sub-dimensions of the scale; It consists of "Cognitive Imagery ", "Motivational Special Imagery", "Motivational General Arousal" and "Motivational General Mastery". Cognitive Imagery sub-dimension 1, 2, 4, 5, 7, 9, 13, 14, 15 questions, Motivational Special Imagery 3, 6, 8, 10, 20, Motivational General Arousal 11,12, 17, 19, Motivational General Mastery It constitutes 16, 18, 21 questions. ANOVA was used for the comparison of the sports year and

Tukey comparison test was used to determine the direction of the difference in cases where there was a difference.

Result: At the end of the analysis, those who had 1-3 years in the cognitive imagery and motivational special imagination sub-dimension had higher scores than those who were 4-6 and over 7 years ($p < 0.01$). In the motivational general arousal sub-dimension, patients with 1-6 years scored higher than those with 4-6 years ($p = 0.036$).

SB264

ORYANTİRİNG SPORCULARINDA ZİHİNSEL ANTRENMAN VE PERFORMANS İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Raşit Karaca*, [1]Nevin Gündüz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** rasitkaracamlzgrt@gmail.com, Gunduz@ankara.edu.tr*

Bu araştırma, oryantiring sporcularının zihinsel antrenman düzeyleri ile yarışma performansları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya 2018-2019 sezonunda Türkiye Oryantiring Şampiyonasına katılan 38'i kadın (%27,9), 98'i erkek (%72,1) olmak üzere toplam 136 lisanslı oryantiring sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada model olarak tarama (betimsel) modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak Türkçe 'ye uyarlanması Yarayan ve İlhan tarafından yapılan ''Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri (SZAE)'' ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizinde öncelikle normallik testi için çarpıklık basıklık değerlerine bakılmış, dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre envanter alt boyutları arasında fark olup olmadığını belirlemek için t-testi, Spor yaşı değişkeni ile envanter alt boyutları arasındaki ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon analizi ve uzun mesafe ve sürat yarışması derecelerinin yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda oryantiring sporcularının zihinsel antrenman düzeyleri ile spor yaşı ve yarışma performansı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmişken cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Sonuç olarak; sporda zihinsel antrenmanın sistematik ve amaçlı olarak uygulanması oryantiring yapan sporcuların performanslarına olumlu katkı sağlayabilir. Sporda zihinsel antrenman beceri ve teknikleri, ortak reçete gibi tüm sporculara uygulamak yerine, bireysel farklılar, gelişim düzeyleri ve özellikle soyut düşünebilme olgunluğuna erişmiş sporcular göz önünde bulundurularak tasarlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Antrenman, Spor, Performans, Oryantiring

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL TRAINING AND PERFORMANCE IN ORIENTEERING ATHLETES

This research was carried out to determine the relationship between the mental training levels of the orienteering athletes and the competition performances. Research the 2018-2019 season in Turkey Orienteering Championships participating in 38 women (27.9%), 98 men (72.1%), including a total of 136 licensed orienteering athletes he participated voluntarily. In the research, scanning (descriptive) model was used as a model. '' The Sport Mental Training Questionnaire (SMTQ)''and personal information form, which was adapted to Turkish as the data collection tool, were used. In the statistical analysis of the data obtained in the study, firstly the skewness and kurtosis values for the normality test were examined and it was determined that the distribution was normal. The t-test was used to determine whether there was a difference between the inventory sub-dimensions according to the gender variable, Pearson correlation analysis to determine the relationships between the sports age variable and the inventory sub-dimensions, and simple linear regression analysis to predict long distance and speed competition grades were used. As a result of the findings obtained from the research, while there was a positive relationship between the mental training levels of the orienteering athletes and the sports age and competition performance, no significant relationship was found between the gender variable. As a result; the systematic and purposeful application of mental training in sports can positively contribute to the performance of

the orienteering athletes. Instead of applying mental training skills and techniques to all athletes such as common prescription, it should be designed by considering individual differences, development levels and especially athletes who have reached abstract thinking maturity.

Key Words: Mental Training, Sport, Performance, Orienteering

SB268

FUTBOL HAKEMLERİNİN İŞ DOYUM DÜZEYLERİNİN MÜCADELECİ DAVRANIŞ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ

[2]Nurgül Özdemir, [1]Ulaş Aksoy

[1]Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi, İzmir GSİM Spor Eğitim Uzmanı, İZMİR
[2]İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, İZMİR

Email : *nozdemir974@gmail.com, ulasaksoy@gmail.com*

Amaç: İş doyumu, bireyin işine yönelik olarak hissettiği memnuniyeti ifade eder. Bireyin yaptığı işin niteliği, bireyin beklentilerini ve ihtiyaçlarını ne kadar tatmin ediyorsa, bireyin işine yönelik gösterdiği uyum da o düzeyde yüksek olmaktadır. Aksi durumda birey iş için gereken çabayı göstermekte zorlanacak ve işin niteliğinin getirdiği olası problemlerle mücadele edip, doğru çözümler üretemeyecektir. Bu düşünceden hareketle, bu çalışmada futbol hakemlerinin iş doyum düzeylerinin, mücadeleci davranış bağlamında incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma futbol hakemlerinin iş doyum düzeyini, mücadeleci davranış biçimi bakımından betimlemesi dolayısıyla betimsel tarama modelinde hem nicel hem de nitel araştırma yöntemleri kullanılarak yürütülmüş bir çalışmadır. Araştırma verileri, Aydın ilinde faal olarak görev yapan 203 futbol hakeminden toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında, futbol hakemlerinin iş doyum düzeylerinin belirlenmesi için Minnesota İş Doyum Ölçeğinin 20 soruluk kısa formu kullanılmıştır. Mücadeleci davranış biçiminin belirlenmesi için ise yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Nicel verilerin analizinde SPSS 23.00 İstatistik Paket Programı kullanılarak tanımlayıcı istatistikler ve tek yönlü varyans analizi teknikleri ile çözümleme yapılmıştır. Nitel verilerin analizinde ise betimsel analiz tekniği olan içerik çözümlemesi tekniği kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada genel olarak kendisini daha fazla mücadeleci davranışa sahip olarak tanımlayan futbol hakemlerinin, tanımlamayanlara göre daha yüksek iş doyumu düzeyine sahip olduğu gözlenmiştir. Kadın futbol hakemlerinin, erkek hakemlere göre mücadeleci davranış biçimi bakımından iş doyumu düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür.

Sonuç: Araştırma sonucunda, mücadele etme becerisi daha yüksek olan hakemlerin daha yüksek iş doyumu ortalamasına sahip olduğu bulgusundan hareketle; hakemlerin iş doyum düzeyini düşüren çalışma koşullarının ve diğer belirleyici unsurların mümkün olduğunca ortadan kaldırılarak, hakemlerin saha içerisinde daha mücadeleci davranış sergileyebilme kapasitesinin arttırılabileceği söylenebilir. Böylelikle hakemlerin yaptıkları işten sağladıkları doyumun arttırılmasının da mümkün olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol Hakemleri, Mücadeleci Davranış Biçimi, İş Doyumu

INVESTIGATION OF JOB SATISFACTION OF FOOTBALL REFEREES IN THE CONTEXT OF COMBATING BEHAVIOR

Aim: Job satisfaction refers to the satisfaction an individual feels for his job. The more the individual's job quality satisfies the individual's expectations and needs, the higher the individual's adaptation to his job is. With this in

mind, in this study, it is aimed to examine the job satisfaction levels of football referees in the context of combative behavior.

Method: This study was conducted in descriptive scanning model using both quantitative and qualitative research methods. The research data were collected from 203 soccer referees actively working in Aydın province. The short form of the Minnesota Job Satisfaction Scale with 20 questions was used to determine the job satisfaction levels of football referees. Semi-structured interview technique was used to determine the combative behavior style. In the analysis of quantitative data, descriptive statistics and one-way analysis of variance techniques were used by using SPSS 23.00 Statistical Package Program. In the analysis of qualitative data, content analysis technique, which is a descriptive analysis technique, was used.

Findings: In the study, it was observed that soccer referees who defined themselves as having more combative behavior in general had higher job satisfaction levels than those who did not. It has been observed that female soccer referees have lower job satisfaction levels than male referees in terms of combative behavior.

Conclusion: As a result of the research, based on the finding that the referees with higher fighting skills have higher average job satisfaction; It can be said that by eliminating the working conditions and other determinants that reduce the job satisfaction level of the referees as much as possible, the capacity of the referees to exhibit more competitive behavior in the field can be increased.

Keywords: Football Referees, Fighting Behavior, Job Satisfaction.

SB269

KİCKBOKS SPORCULARINDA BEYİN KÖKENLİ NÖROTROFİK FAKTÖR (RS6265) POLİMORFİZMİ DAĞILIMININ BELİRLENMESİ

***[1]Beste Tacal Aslan*, [1]Tolga Polat, [2]Canan Sercan, [1]Başak Funda Eken, [1]Özlem Özge Yılmaz, [1]Korkut Ulucan**

[1]Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul
[2]Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik Ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul

***Email :** btacal@gmail.com, tolgapolat.mbg@gmail.com, canan.sercan@uskudar.edu.tr, bfunda.eken@gmail.com, ozlem.ozge.yilmaz97@gmail.com, korkutulucan@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporcuların performansının belirlenmesinde stres, kaygı ve saldırganlık gibi psikolojik parametreler etkilidir. Bu çalışmada, stres tepkisinin düzenlenmesinde ve duygudurum bozukluklarının biyolojisinde rol oynadığı bilinen beyin kaynaklı nörotrofik faktör geni rs 6265 polimorfizmi ile kickboks sprocularının atletik performansları arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 12 kickboks sporcusu katılmıştır. High Pure PCR örnek hazırlama kiti (Roche Diagnostics, Mannheim, Germany) kullanılarak DNA izolasyonu yapılmıştır. BDNF rs6265 genotipleri, izole edilen DNA materyalinden Real-Time PCR cihazı (StepOne Plus, USA) ile Taqman Genotyping Assays (Applied Biosystems Foster City, CA, USA) genotipleme kitleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: BDNF ve polymorfizmi varyant taşıyıcıları genotipleri incelendi. BDNF genotipi incelemelerinde kickboks sporcularından 10'unun GG, 2'sinin GA genotipi taşıyıcıları (yüzdeler sırasıyla %83, %17) oldukları belirlendi. AA genotipi taşıyan sporcu bulunmadı. Kickboks sporcuları arasında 22 G alleli gözlenirken, 2 A alleli taşıyıcılığı tespit edildi. Kohort çalışmamızda elde edilen sonuçlara göre BDNF genotip değerlendirmesi sonuçlarına göre GG genotipi ve G allelinin dominant olduğu saptandı.

Sonuç: Beyin kökenli nörotrofik faktör Met alleli, BDNF seviyelerinin daha düşük olmasına sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak, beklediğimiz gibi, kohort çalışmamızda, GG genotipi ve G allelinin daha yaygın olduğunu tespit ettik.

Determination Of The Brain-Derived Neurotrophic Factor (Rs6265) Polymorphism In Kickboxers

Introduction and Aim: Psychological parameters such as stress, anxiety, and aggression are effective in determining the performance of athletes. In the present study, we aimed to investigate the link between brain-derived neurotrophic factor gene Val66Met rs6265 polymorphism and athletic performance of kickbox players, which is known to play a role in the regulation of the stress response and in the biology of mood disorders.

Methods: A total of 12 kickboxers and were recruited for this study. DNA isolation was carried out by using High Pure PCR Template Preperation Kit (Roche Diagnostics, Mannheim, Germany). BDNF Val66Met rs6265 genotyping was carried out by Real-time PCR (StepOne Plus, USA) by using commercially provided Taqman

Genotyping Assay (Applied Biosystems Foster City, CA, USA). Results: Kickboxers who carried the BDNF polymorphism variant were examined. 10 of the kickboxers were found as GG, 2 of the kickbox players as GA genotypes. None of the players were AA genotypes. G allele was counted as 22 and A allele as 2. In our cohort, BDNF GG genotype and G allele were found to be dominant.

Conclusions: The brain-derived neurotrophic factor Met allele is associated with less BDNF activity. Consequently, in our cohort study, the GG genotype and G allele were more common as expected.

SB278

SPORCU BAĞLILIK ÖLÇEĞİ'NİN 14-18 YAŞ SPORCULARINDA GEÇERLİK GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

***[1]Hamza Ali GÖKALP*, [2]Özden TEPEKÖYLÜ ÖZTÜRK, [1]Mümine SOYTÜRK**

[1]Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA
[2]Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

***Email :** aligokalp89@gmail.com, otepekoylu@hotmail.com, soyturkmumine@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Lonsdale, Hodge ve Jackson (2007) tarafından geliştirilmiş olan "Sporcu Bağlılık Ölçeği" (SBÖ)'nin 14-18 yaş grubu üzerinde Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirliğinin test edilmesidir. Ölçek toplamı ve alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre bir fark olup olmadığı da ayrıca incelenmiştir.

Yöntem: Çalışmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini; lisanslı olarak spor yapan 104'ü kadın 176'sı erkek 280 sporcu oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında; araştırmacılar tarafından geliştirilen, "Kişisel Bilgi Formu" ile ''SBÖ'' kullanılmıştır. ''SBÖ'' 16 madde ve 4 alt boyuttan (Güven, Adanmışlık, Dinçlik, Coşku) oluşmaktadır. Ölçeğin uyarlama çalışmaları Kelecek ve ark. (2018) tarafından yapılmış ve yetişkin yaş grubu üzerinde çalışılmıştır. Veriler açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi (DFA), t tesi ve iç tutarlılık katsayılarına bakılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular: Ölçek alt boyutlarının Cronbach Alpha değerleri .82 ile .84 değiştiği görülmektedir. Ölçek toplamı için ise iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. DFA'ya göre verilerin uyum iyilikleri değerlendirildiğinde; $X2/Df$= 1.95, (RMSEA)=0.059, (GFI)= 0.92, (NFI)=0.97, (CFI)=0.98, (IFI)=0.98 olduğu görülmüştür. Faktörler arasındaki korelasyon değerleri; en yüksek değere sahip korelasyon 0.92 değeri ile Dinçlik ile Coşku faktörleridir. En düşük değere sahip korelasyon ise 0.53 değeri ile Güven ile Dinçlik faktörüdür. Ölçek toplam ve alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı da görülmüştür.

Sonuç: Verilerin, ölçeğin orijinaliyle uyumlu olarak 4 boyut altında toplandığı görülmüştür. Uyum iyiliklerinin mükemmel ve kabul edilebilir düzeylerde değişkenlik gösterdiği belirlenmiştir. Çalışma sonucu elde edilen bulgularla; Yeni Zelanda ve Portekiz örneklemlerine benzer şekilde, "SBÖ"nin spora olan bağlılıklarının belirlenmesi amacıyla 14-18 yaş grubunda da geçerli ve güvenilir biçimde kullanılabileceği söylenebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu Bağlılık Ölçeği, Geçerlik, Güvenirlik.

RELIABILITY AND VALIDITY OF ATHLETE ENGAGEMENT QUESTIONNAIRE FOR 14-18 YEARS OLD ATHLETES

Introduction and Purpose: The purpose of this study is to test the validity and reliability of the Turkish version of the "Athlete Engagement Scale" (AES) developed by Lonsdale, Hodge and Jackson (2007) on the 14-18 age group. It was also examined whether there is a difference in the total and sub-dimensions of the scale according to the gender variable.

Method: Quantitative research methods were used in the study. The sample of the research; 280 athletes, including 104 women and 176 men, who do sports under license. In data collection; "Personal Information Form developed by researchers and "AES" were used. "AES" consists of 16 items and 4 sub-dimensions (Trust, Commitment, Vigor, Enthusiasm). The adaptation studies of the scale were performed by Kelecek (2018) and studied on adult age group. The data were evaluated by looking at exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, t test and internal consistency coefficients.

Results: Cronbach's alpha values of the scale sub-dimensions varied from .82 to .84. For the total scale, the internal consistency coefficient was found as .91. When the data are analyzed according to the confirmatory factor analysis; X2/Df=1.95 (RMSEA)=0.059 (GFI)=0.92 (NFI)=0.97 (CFI)=0.98 (IFI)=0.98. Correlation values between factors; Vigor and Enthusiasm factors have the highest correlation with 0.92. The lowest correlation with the value of 0.53 is Confidence and Vigor. There was no difference according to gender variable.

Conclusion: It was seen that the data were collected under 4 dimensions in accordance with the original scale. Results revealed in the data were at an excellent and acceptable level. With the findings obtained as a result of the study; Similar to New Zealand and Portugal samples, it can be said that “AES” can be used validly and reliably in the 14-18 age group in order to determine their commitment to sports.

Keywords: Athlete Engagement Scale, Validity,Reliability.

SB281

SPORUN ÖZSAYGI DÜZEYİNE ETKİSİ

***[1]Yunus Emre Büyükbasmacı*, [2]Murat Erdoğdu**

[1]Selçuk Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Enstütüsü
[2]Selçuk Üniversitesi-Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** emrebasmaci70@gmail.com,*

Bu çalışmanın amacı, spor yapma durumunun bireylerdeki özsaygı seviyesine olan etkisini incelemektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak, Stanley Cooper-Smith (1975) tarafından geliştirilen " Cooper-Smith Benlik Saygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek toplam 25 sorudan oluşmaktadır. Çalışmanın örneklem seçiminde, gelişigüzel (rastgele) örneklem seçim yöntemi kullanılmıştır. Anket sosyal medya ve watsapp iletişim ağı gruplarında paylaşılmıştır. Ankete toplam 234 kişi katılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Değişkenlerin analizinde "normallik testi" gerçekleştirildikten sonra elde edilen sonuçlara göre; "tek yönlü anova" "bağımsız örneklem t" ve "tukey testi" uygulanmıştır. Çalışma öncesi beş farklı H0 ve H1 hipotezi kurulmuş ve test edilmiştir. Çalışmada yapılan analizler sonucunda, toplam beş değişkenden dördünde anlamlı birinde ise anlamsız farklılık tespit edilmiştir.

IMPACT OF SPORT ON THE LEVEL OF SELF-ESTEEM

The aim of this study is to examine the effect of sports on the level of self-esteem in individuals. The "Cooper-Smith self- esteem scale" developed by Stanley Cooper-Smith (1975) was used as a data collection tool in the study. The scale consists of a total of 25 questions. In the sample selection of the study, random (random) sample selection method was used. The survey was shared, social media and watsapp communication network groups. A total of 234 people participated in the survey. The SPSS 21 package program was used to analyze the obtained data. In analysis of variables were used "tukey test" and "one- way anova" "independent sample t" according to the results obtained after the normality test. Prior to the study, five different H0 and H1 hypotheses were established and tested. As a result of the analyzes made in the study, a meaningful difference was found in four of the five variables in total, and a meaningless difference was found in one.

SB291

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİ Ve DİĞER BRANŞLARDAKİ ÖĞRETMENLERİN EGZERSİZ BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[2]Varol Tutal, [2]Mehmet Efe, [1]Ersin Ateş

[1]Siirt Üniversitesi Sağlık Bil. Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilimdalı
[2]Siirt Üniversitesi BESYO

Email : *v.tutal@hotmail.com, mehmetefe18@hotmail.com, ersinates1551@gmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenlerin ve diğer branşlardaki öğretmenlerin egzersiz bağımlılığını incelemek ve bazı değişkenlere(cinsiyet, yaş, branş, egzersiz süresi, egzersiz sıklığı, spor yapma ve yapmama) göre karşılaştırmaktır.

Materyal ve Metod: Araştırmaya Türkiye'nin farklı illerinden 228 Beden Eğitimi ve Spor öğretmeni ve Siirt ve Batman İlinde bulunan sınıf , okul öncesi, yabancı dil, fen bilgisi, matematik, Din Kültürü ve Ahlak bilgisi, rehberlik, sosyal, Türkçe, Bilgisayar, Meslek, Müzik branşlarından oluşan toplam 175 öğretmen katılmıştır. Deneklerin demografik bilgileri hazırlanan anket ile, egzersiz bağımlılığı ise Tekkurşun Demir, Hazar ve Cicioğlu tarafından.(2018) yılında geçerliliği ve güvenirliliği yapılmış Egzersiz bağımlılığı ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde "Mann Withney U" ve "Kruskal-Wallis H" istatistiksel test teknikleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi α= 0.05 olarak değerlendirildi.

Bulgular: Çalışma bulgularına göre Beden Eğitimi Öğretmenleri ile diğer branşlardaki öğretmenlerin egzersiz bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Ayrıca bağımlı grup ile diğer gruplar arasında cinsiyet, yaşı egzersiz sıklığı bölüm, açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur($p<0.05$)

Sonuç: Bu çalışmada beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve diğer branştaki öğretmenlerin, %55'i egzersiz bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Egzersiz bağımlılığı olan bireylerin %33'nin bayan, %67'nin erkek olduğu belirlenmiştir. Egzersiz bağımlısı olana grubun %65'inin daha önceden herhangi bir spor branşıyla ilgilendikleri diğer grupların ise %35'ininin herhangi bir spor branşıyla ilgilenmedikleri sonucu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz bağımlılığı, beden eğitimi ve spor öğretmeni, diğer branş öğretmenleri

EXAMINATION OF EXERCISE ADDICTION LEVELS OF PHYSICAL AND SPORTS TEACHERS AND TEACHERS IN OTHER BRANCHES IN TERMS OF SOME VARIABLES

Objective: The purpose of this study is to examine exercise dependence of physical education teachers and teachers in other branches and to compare it according to some variables (gender, age, branch, exercise duration, exercise frequency, doing sports and not doing sports).

Materials and Methods: The research is conducted with 403 teacher. 228 Physical Education and Sports teachers from different provinces of Turkey ; 175 other branch teachers , live in Batman and Siirt, such as ; class,

preschool, foreign language, science, mathematics, religion and morality information, guidance, social, Turkish, computers, crafts and music . Demographic information of the subjects was prepared with the questionnaire and exercise addiction of subjects is measured by scale of Tekkurşun Demir, Hazar, and Cicioğlu (2018) which was valid and reliable."Mann Withney U" and "Kruskal-Wallis H" statistical test techniques are used in the analysis of the data. The level of significance was evaluated as $\alpha = 0.05$.

Results: According to the findings of the study, it was determined that there is a statistically significant difference between Physical Education Teachers and teachers in other branches in terms of exercise addiction. In addition, a statistically significant difference was found between the dependent group and the other groups in terms of gender, age, exercise frequency, part ($p < 0.05$).

Conclusion: In this study, it is concluded that 55% of physical education and sports teachers and teachers in other branches is exercise addicts. It is determined that 33% of individuals with exercise dependence were female and 67% were male. It is revealed that 65% of the group with exercise addiction was previously interested in any sports branch and 35% of the other groups were not interested in any sports branch.

Keywords: Exercise addiction, physical education and sports teacher, other branch teachers

SB303

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ÖĞRETMEN ADAYLARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Berkan BOZDAĞ

[1]Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YOZGAT

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada; spor yapan ve yapmayan öğretmen adaylarının saldırganlık düzeylerinin belirli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Yozgat Bozok Üniversitesi'nde öğrenim gören ve amaçlı örneklem yöntemlerinden kolay ulaşılabilir yöntemi ile belirlenen 54 kadın, 96 erkek olmak üzere toplam 150 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilen Madran (2013), tarafından Türkçe'ye uyarlanan Buss- Perry saldırganlık ölçeği (BPSÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 20 paket programı kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde istatistiksel yöntem olarak bağımsız örneklemler t-testi, tek yönlü varyans analizi ve pearson korelasyon testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonucunda, erkek öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin kadınlara kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Sigara kullanan öğrencilerin ise kullanmayan öğrencilere kıyasla saldırganlık düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte öğretmen adaylarının spor yapma durumlarına göre saldırganlık düzeylerinin farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Sonuç: Düzenli olarak spor yapmanın öğretmen adaylarında saldırganlık düzeyini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen sonuçlar literatür ışığında tartışılmaya çalışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Spor, Saldırganlık, Öğretmen adayları

EXAMINATION OF AGGRESSION LEVELS OF TEACHER CANDIDATES THAT DO AND DO NOT DO SPORTS

Introduction and Purpose: In this research; According to explicit variances, it was aimed to examine the aggression levels of teacher candidates who do and those who do not do sports.

Method: The study group of the research consists of a total of 150 teacher candidates, 54 female and 96 male, who study at Yozgat Bozok University in the 2019-2020 academic year and determined by the easily accessible method in purposeful sampling methods. Buss-Perry Aggression Scale (BPAS), developed by Buss and Perry (1992) and adapted into Turkish by Madran (2013), was used as a data collection tool in the study. SPSS 20 package program was applied in the analysis of the data. Independent samples t-test, one-way analysis of variance and Pearson correlation test were used as statistical methods in analyzing the data.

Findings: As a result of the research, it was determined that male students' aggression levels were significantly higher than female students, while students who smoke were found to have significantly higher aggression levels compared to non-smoking students. However, it was determined that the aggression levels of the teacher candidates did not differ according to their sports doing status.

Result: It has been determined that regular sports do not differentiate the level of aggression in prospective teachers. The acquired research results were tried to be discussed in the light of the literature.

Key Words: Sports, Agression, Teacher candidates

SB304

DAMGALANMAYA MARUZ KALAN SPORCULARDA SPORTİF PERFORMANS VE PSİKOLOJİK TOPARLANMA

***[1]Maide Elif Alpay*, [2]Maide Elif Alpay**

[1]Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL
[2]Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü / İSTANBUL

***Email :** m.elif_alpay@hotmail.com*

Giriş: Cinsiyet kimlikleri veya cinsel yönelimleri yüzünden her türlü damgalanmaya maruz kalan LGBTİ+'ların özgürlük alanları kısıtlanmakta; herhangi bir spor branşıyla ilgilenen bu bireylerin alanları her türlü fiziksel, sözel ve psikolojik alanda uğradıkları saldırılarla daraltılmaktadır.

Amaç: Dünya genelinde yaşayan ve varlığını sürdüren LGBTİ+ sporcular gerek antrenör, gerek idareciler, gerek en yakın takım arkadaşları ve seyirciler tarafından cinsel yönelimi ve cinsiyet kimliği yüzünden sürekli homofobik saldırılara ve her türlü damgalanmaya maruz kalmakta olup; bununla ilgili meydana gelen sportif performans ve psikolojik toparlanma süreçlerinin nasıl işlendiği amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu araştırma esnasında geriye dönük kaynaklardan yararlanılmıştır. Yeni yapılan çalışmalar ile eskiden yapılmış çalışmalardan elde edilen bilgiler doğrultusunda araştırmalar yapılmıştır. Google arama motoru ve PubMed kullanılarak "Damgalanma, LGBTİ+, Homofobik saldırılar, Psikolojik Toparlanma, Sportif Performans" anahtar sözcükleri tercih edilmiştir.

Bulgular: Sporcular, cinsel yönelimi ve cinsiyet kimlikleri nedeniyle ilgi duydukları spor branşına yönelmekten kaçınmaktadır. Bunun sebepleri arasında daha önce bir takım sözlü saldırı, dışlanma, taciz gibi maruz kaldıkları durumlar gösterilmektedir. LGBTİ+'lar bu tür durumlardan ötürü spor ortamındaki hiç kimseye cinsel yönelim veya cinsiyet kimliklerini açıklayamamaktadır. Açıkladıkları andan itibaren en çok sözlü hakaret ve yapısal ayrımcılığa maruz kalmakta, devam ettirdikleri sporu bırakmaktadırlar. LGBTİ+ sporcular en çok takım arkadaşları ve diğer sporcular tarafından damgalanmaya maruz kalmaktadır.. Lezbiyen ve biseksüeller çoğunlukla kendi takım arkadaşları tarafından saldırı/tacize uğrarken, gay ve farklı cinsel yönelime sahip sporcular ise bu tür tacizlere ve damgalanmaya diğer farklı sporcular tarafından maruz bırakılmaktadır.

Sonuç: Lgbti+ sporcular, bu tür damgalanmalara maruz kalarak psikolojik olarak çökmektedir. Spor branşlarını değiştirmekte veya bırakmakta, aynı zamanda intihar girişimlerinde de bulunmaktadır. Psikolojik anlamda toparlanma sağlanması için psikoterapiler yapılmaktadır. Damgalanmaya maruz kalıp sporu bırakmayan ve bu durumlarla yüzleşen sporcular ise sportif performanslarını arttırmakta, antrenmalar esnasında homofobik saldırıya uğradıklarında durumu üst makamlara bildirmekte, aynı zamanda müsabakalar esnasında her türlü olumsuzluğa karşı dayanıklılık göstererek başarılı olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: LGBTİ+, Damgalanma, Homofobik Saldırı, Sporcu, Performans, Psikoterapi, Psikolojik toparlanma

Sports Performance And Psychological Recovery In Athletes Exposed To Stigma

Introduction: LGBTI+'s areas of freedom, which are subject to all kinds of stigma due to their gender identity or sexual orientation, are restricted; the areas of these individuals interested in any sports branch are narrowed by the attacks they suffer in all kinds of physical, verbal and psychological areas.

Objective: LGBTI + athletes who live and exist around the world are subjected to constant homophobic attacks and all kinds of stigma due to their sexual orientation and gender identity by coaches, administrators, closest teammates and navigators; it is aimed at how the processes of sporting performance and psychological recovery that occur related to this are processed. For this purpose, the positive or negative effects of physical, social and psychological pressures on sporting performance and the conditions under which the psychological recovery processes take place, how the athlete's sporting success or failure situations occur were investigated.

Method: retrospective resources were used during this research. Research has been carried out in line with the new studies and the information was obtained from the old studies. The keywords "stigma, LGBTI+, homophobic attacks, psychological recovery, Sporting perfomance" were preferred using the Google search engine and PubMed.

Conclusions: due to their sexual orientation and gender identity athletes avoid turning to the sports branch in which they are interested The reasons for this include situations where they have previously been subjected to a number of verbal attacks, exclusion, harassment.Because of such situations, LGBTI+ cannot explain their sexual orientation or gender identity to anyone in the sports environment.From the moment they explain, they are most often subjected to verbal insults and structural discrimination, leaving the sport they continue.LGBTI+ athletes are most often subjected to stigma by teammates and other athletes.Lesbians and bisexuals are often attacked/harassed by his own teammates, while gay athletes and athletes of different sexual orientations are subjected by other different kinds of abuse and stigma . In general, LGBTI+people are most exposed to stigma, including athletes, athletes'teammates, spectators, and members of the opposing team.

Result: Lgbti + athletes are psychologically decadent by being subjected to such stigma. He changes or quits sports, but also attempts suicide. Psychotherapies are performed to ensure psychological recovery. Athletes who are subjected to stigma and do not leave the sport and face these situations increase their sporting performance, report the situation to the higher authorities when they are attacked homophobic during training, and also succeed by showing resistance to all kinds of negativity during competitions.

Key words: LGBTI+, stigma, homophobic attack, Athlete, Performance, psychotherapy, psychological recovery

SB305

AKTİF OLARAK SPOR YAPAN BİREYLERİN COVİD-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE ALGILANAN STRES DÜZEYLERİ İLE POZİTİFLİK PROFİLLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ülfet Yavuz*, [1]Ekrem Levent İlhan**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** ulfetyavuz3@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş-Amaç: COVID-19 pandemisi nedeniyle, ülkemizde Mart 2020 tarihi itibariyle alınan tedbirlerden biri de ulusal ve uluslararası düzeyde açık veya kapalı alanlarda düzenlenecek spor müsabakalarının ertelenmesi ve spor salonlarının belirsiz bir süreyle kapatılmasıdır. Bu nedenle spor yapan bireylerin psikolojik süreçlerinde de bazı değişikliklerin olması muhtemeldir. Bu doğrultuda çalışmanın amacı; aktif olarak spor yapan bireylerin algılanan stres düzeyleri ile pozitiflik profillerinin betimlenmesi ve bunlar arasındaki ilişkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Veri toplama aracı olarak "Algılanan Stres Ölçeği ve Pozitiflik Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın verileri 2020 yılının Nisan ayı ile sınırlıdır ve veri grubunu antrenmanlarına bir süre ev ortamında devam etmek durumunda kalan 338 aktif sporcu oluşturmaktadır. Araştırma bulgularının analizinde Independent T-test, Pearson Product Correlation testi ve regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Pearson korelasyon analizi sonucunda algılanan stres düzeyleri [AS] ve pozitiflik profilleri [PP] arasında negatif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür [R=-.557; p<0.01]. Regresyon analizi sonucunda da katılımcıların PP ve AS düzeyleri arasında negatif yönde ve yüksek düzeyde bir ilişki (R=.557, R2=.310, p<0.01) olup katılımcıların PP'ndeki artış, AS'ndeki etkide toplam varyansın %31'ini açıkladığı görülmüştür. Milli sporcuların AS'nin milli olmayanlara göre düşük [t=-3.727; p<0.05] ve milli sporcuların PP'nin milli olmayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur [t=3.665; p<0.05]. Cinsiyet değişkenine göre de kadınların AS'nin erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir [t=3.649; p<0.05].

Sonuç: Pandemi dönemindeki belirsizliğe rağmen milli sporcuların milli olmayan sporculara göre daha düşük algılanan strese sahip oldukları, pozitiflik profillerinin daha yüksek olduğu ve kadın sporcuların algılanan stres düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç sporcularda deneyim ya da başarının stres yönetimi ve pozitiflik profiline olumlu etki sağlayabileceği şeklinde yorumlanabilir.

INVESTIGATION OF THE STRESS LEVELS AND POSITIVITY PROFILES PERCEIVED IN THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD OF ACTIVELY SPORTING INDIVIDUALS

Introduction and Aim: Due to the COVID-19 pandemic, one of the measures taken as of March 2020 in our country is the postponement of sports competitions to be held in open or closed areas at national and international level and the closure of sports halls for an indefinite period. For this reason, it is possible that there are some changes in the psychological processes of individuals who do sports. In this direction, the aim of the study is; to describe the perceived stress levels and positivity profiles of individuals who actively do sports and to examine the relationship between them.

Method: "Perceived Stress Scale and Positivity Scale" were used as data collection tools. The data of the study is limited to April 2020 and the data group consists of 338 active athletes who have to continue their training in a home environment for a while. Independent T-test, Pearson Product Correlation test and regression analysis were used to analyze the research findings.

Results: As a result of the Pearson correlation analysis, it was found that there was a highly significant negative relationship between perceived stress levels [AS] and positivity profiles [PP] [R =-.557; p <0.01]. As a result of the regression analysis, there was a negative and high level of correlation between PP and AS levels of the participants (R=.557, R2 =.310, p <0.01), and it has been seen that the increase in PP of the participants explained 31% of the total variance in the effect in AS. AS of elite athletes is lower than non-elite athletes [t=-3.727; p<0.05] and PPof elite athletes were found to be higher than non-elite athletes [t=3.665; p<0.05]. According to the gender variable, it is seen that AS of women is higher than men [t = 3.649; p <0.05].

Conclusion: During the pandemic period, it is observed that elite athletes have lower perceived stress than non-elite athletes, their positivity profiles are higher, and female athletes have higher perceived stress levels. This result can be interpreted as experience or success in athletes may have a positive effect on stress management and positivity profile.

SB310

SAKATLANMALAR SONRASI MEYDANA GELEN TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU VE TRAVMA SONRASI BÜYÜME

[1]Maide Elif Alpay

[1]Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL

Email : *m.elif_alpay@hotmail.com*

Giriş: Sporcuların antrenman veya müsabaka esnasında yaşadıkları akut sakatlanmalar; tedavinin seyrine göre değişmektedir. Sakatlığın ciddiyeti arttıkça bu durum sporcularda travmatik bir boyut oluşturmakta, travma sonrası stres bozukluğunu devamında getirmektedir.

Amaç: Ciddi boyutta sakatlanmalar yaşayan sporcularda sakatlıklar travmatik olay olarak görülmekte, ardından sporu bırakma gibi bir durumla karşı karşıya kalındığında bu durum travma sonrası stres bozukluğuna dönüşmektedir. Bu dönüşüm esnasında yaşanan tedavi süreçleri, zorlanmalar sonucunda travma sonrası büyümenin bir kazanç olarak elde edilmesi, sporcuların bu süreçte yaşadıkları psikolojik, fizyolojik durumların tespit edilmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda travmanın bir sonraki aşamada nasıl kullanıldığı, sekonder kazançların nasıl elde edildiği, iyileşmenin, büyümenin nasıl sağlandığı araştırılmıştır.

Yöntem: Bu araştırma esnasında geriye dönük kaynaklardan yararlanılmıştır. Yeni yapılan çalışmalar ile eskiden yapılmış çalışmalardan elde edilen bilgiler doğrultusunda araştırmalar yapılmıştır. Google arama motoru ve PubMed kullanılarak "Sakatlanma, Sporcu, Travma, Travma Sonrası Büyüme, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Sekonder Kazanç, Psikolojik Sağlamlılık" anahtar sözcükleri tercih edilmiştir.

Bulgular: Antrenman veya müsabaka esnasında yaşanan akut sakatlanmalar, sakatlığın boyutuna ve ciddiyetine göre sporcularda olumsuz etkiler bırakabilmektedir. Yaşanan sakatlığın ciddiyeti spora bir süre ara verme veya sporu bırakma noktasına kadar gelebildiği gibi sporcularda bu durum travmaya yol açabilmektedir. Özellikle elit sporcuların ciddi sakatlanmalarla karşı karşıya kalması stresin boyutunu arttırmakta, travma sürecini uzatmaktadır. Toparlanma sürecinde yeniden aynı durumla karşı karşıya kalınma korkusu kişide travma sonrası stres bozukluğunu beraberinde getirmektedir. Günlük yaşantısını olumsuz yönde etkilemekte, spor esnasında aynı sakatlığı yaşayabilme ihtimali gerginlik ve stres derecesini arttırmakta, anksiyetesini oldukça yükseltmektedir. Travmatik bir olayla karşı karşıya gelmek, sporcuyu travma öncesi durumdan daha da güçlü hale getirebilmektedir.

Sonuç: Yapılan araştırmalar sakatlanmalar sonucu iyileşmenin, toparlanmanın gerçekleşebilmesi için travma sonrası büyüme ve psikolojik sağlamlılık esas alınmaktadır. Yine bunlara ek olarak sporcu mevcut sakatlığından dolayı sekonder kazanç geliştirebilmekte, süreci kendine olumlu anlamda döndürmekte ama ilerleyiş açısından olumsuz etkisini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sakatlanma, Travma, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Travma Sonrası Büyüme, Psikolojik Sağlamlılık, Sekonder Kazanç, Sporcu

Post-Traumatic Stress Disorder And Post-Traumatic Growth That Occur After Injuries

Introduction: acute injuries experienced by athletes during training or competition vary depending on the course of treatment. As the severity of the injury increases, this condition creates a traumatic dimension in athletes and perpetuates post-traumatic stress disorder.

Objective: in athletes who experience serious injuries, injuries are considered traumatic events, and then when faced with a situation such as quitting sports, this situation turns into post-traumatic stress disorder. It is aimed to obtain post-traumatic growth as a gain as a result of the treatment processes experienced during this transformation, and to determine the psychological and physiological conditions experienced by athletes in this process. At the same time, it was investigated how trauma is used in the next stage, how secondary gains are achieved, how recovery, growth is achieved.

Method: retrospective resources were used during this research. Research has been carried out in line with the new studies and the information was obtained from the old studies. The keywords "disability, athlete, trauma, post-traumatic growth, Post-Traumatic Stress Disorder, secondary gain, psychological robustness" were preferred using the Google search engine and PubMed.

Conclusions: acute injuries experienced during training or competition can have negative effects on athletes depending on the size and severity of the injury. The severity of the injury can come to the point of decaying the sport for a while or quitting the sport, as well as in athletes, this can lead to trauma. Especially the fact that elite athletes face serious injuries increases the size of stress and prolongs the trauma process. The fear of facing the same situation again in the recovery process leads to post-traumatic stress disorder in a person. It negatively affects his daily life, the possibility of experiencing the same injury during sports increases the degree of tension and stress, greatly increases his anxiety. Facing a traumatic event can make the athlete even stronger than the pre-traumatic situation.

Results: the research is based on post-traumatic growth and psychological robustness in order for recovery and recovery to occur as a result of injuries. Again, in addition to these, the athlete can develop secondary gains due to his current injury, returning the process to himself in a positive sense, but showing a negative effect in terms of progress. Psychotherapy is recommended in order to gain psychological robustness in athletes with post-traumatic stress disorder, and a significant contribution of post-traumatic growth is also observed.

Key Words: Disability, Trauma, Stress Disorder After Trauma, Great After Trauma, Psychological Health, Secondary Gain, Athlete

SB311

ALTYAPI BASKETBOL OYUNCULARININ ALGILADIKLARI ANTRENÖR DAVRANIŞLARININ ANTRENÖR CİNSİYETİNE GÖRE İNCELENMESİ

***[1]Yasin AKINCI*, [2]Ahmet YAPAR , [2]Duygu AKGÜN**

[1]Serbest Araştırmacı, ANKARA
[2]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE

***Email :** yapara@gmail.com,*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacı 12-14 yaş grubu basketbol altyapı oyuncularının algıladıkları antrenör davranışlarının antrenör cinsiyetine göre incelenmesidir.

Yöntem: Katılımcılar amaçlı örneklem yolu ile belirlenmiş Çanakkale ilinde faaliyet gösteren spor kulüplerinin basketbol altyapı takımlarında görev yapan 6 kadın ve 13 erkek basketbol antrenörlerinin 12- 14 yaş grubu sporcularından 74 kadın ($\bar{x}$ yaş=13.33 Ss yaş= 1.27; $\bar{x}$ deneyim =4.08 Ss deneyim= 2.34) ve 152 erkek ($\bar{x}$ yaş=12.43 Ss yaş= 1.78; $\bar{x}$ deneyim =3.65 Ss deneyim= 2.06) olmak üzere toplamda 226 kişiden oluşmaktadır.. Araştırmanın verileri sporcu velileri ve antrenörlerinden gerekli izinler alındıktan sonra Yapar ve İnce (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Sporcular için Antrenör Davranışlarını Değerlendirme Ölçeği'ni (SAADÖ) sezon içerisinde antrentrenmandan hemen önce yüz yüze ölçek uygulaması ile elde edilmiştir. Sporcuların cinsiyetlerine göre SADDÖ'ye verdikleri puanları karşılaştırmak için ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Kadın antrenörlerle çalışan sporcular için Antrenman ve Kondisyon alt boyutunda erkek sporcuların ($\bar{x}$ =5.49, Ss = 1.09) kadın sporculardan ($\bar{x}$ =4.93, Ss = 1.05) anlamlı olarak daha yüksek puana sahip olduğunu göstermiştir [F(1,72=4.474, p=.038)]. Erkek antrenörlerle çalışan sporcular için Teknik Beceri alt boyutunda erkek sporcuların ($\bar{x}$=6.53, Ss = .60) kadın sporculardan ($\bar{x}$=6.23, Ss = .82)) anlamlı olarak daha yüksek puana sahip olduğunu göstermiştir [F(1,150=5.201, p=.024)]. Ayrıca Olumsuz Antrenör Davranışları alt boyutunda kadın sporcuların ($\bar{x}$ =3.24, Ss = 1.13) erkek sporculardan ($\bar{x}$ =2.56, Ss = 1.26)) anlamlı olarak daha yüksek puana sahip olduğunu göstermiştir [F(1,150=7.942, p=.005)].

Sonuç: olarak Kadın antrenörlerle çalışan erkek sporcular kadın sporculardan daha çok antrenman ve kondisyon gelişimine yönelik davranış algılamaktadır. Erkek antrenörlerle çalışan erkek sporcular kadın sporculardan daha fazla teknik beceri gelişimine yönelik davranış algılarken kadın sporcular erkek sporculardan daha fazla olumsuz antrenör davranışı algıladıkları gözlenmiştir.

ANALYSIS OF YOUTH BASKETBALL PLAYERS' PERCEPTIONS OF COACH BEHAVIORS ACCORDING TO THE COACH GENDER

Aim: The aim of the study is investigation of perceived coach behaviors of youth basketball players based on their coach gender.

Method: Participants include 6 female and 13 male youth basketball teams coaches' 74 female ($\bar{x}$ age=13.33 sd age= 1.27; $\bar{x}$ experience =4.08, sd experience = 2.34) and 152 male ($\bar{x}$ age=12.43 sd age= 1.78; $\bar{x}$ experience =3.65, sd experience = 2.06) totaly 226 youth basketball players who were between 12-14 years old. Data were gathered by using Turkish version of Coaching Behavior Scale for Sports (CBS-S) (Yapar & İnce, 2014) after

getting required permissions from parents and coaches. Data collected by applying CBS-S face to face method before basketball training. ANOVA was used to compare the basketball players' CBS-S scores according to their coaches' gender.

Findings: Results indicated that, in woman coach context, male players ($\bar{x}$ =5.49, sd = 1.09) had significantly higher score than female player ($\bar{x}$ =4.93, sd = 1.05) in physical training and conditioning subscale [F(1,72=4.474, p=.038)]. In man coach context, male players had significantly higher score than female players ($\bar{x}$ =6.53, sd = .60) in Technical Skills subscale [F(1,150=5.201, p=.024)]. Moreover, female players ($\bar{x}$ =3.24, sd = 1.13) had higher score than male players in negative coaching behaviors subscale [F(1,150=7.942, p=.005)].

Conclusion: As conclusion, in woman coaching context, male athletes perceived more physical training and conditioning coaching behavior than female players. In male coaching context, male players perceived more technical skill coach behaviors than female players whereas female players perceived more negative coaching behaviors than male players.

SB312

FUTBOLCULARIN PSİKOLOJİK BECERİ DÜZEYLERİ VE SEÇİLİ KİŞİSEL DEĞİŞKENLERİNE GÖRE LİDERLİK GÜCÜ ALGILARI

[1]Erkut Konter

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir

Amaç: Liderliğin ve psikolojik becerilerin, sağlıklı futbol yaşantısında ve performansında önemli role sahip olduğu söylenebilir (XXX). Ancak bu konular futbolda liderlik gücü ve psikolojik beceriler açısından yeterince araştırılmamıştır. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı psikoloik beceri düzeyleri ve seçili kişisel değişkenlerine göre (fiziksel: yaş, kolo, boy, vücut kitle indeksi-VKİ, el ve ayak tercihi. Eğitimsel ve Ailevi: futbolcunun eğitim düzeyi, aile geliri, anne ve baba tutum algısı. Futbol Katılımı: Futbol katılımı önceliği, futbol düzeyi, posizyon ve kaptan olma) futbolcuların liderlik gücü algılarını incelemektir.

Yöntem: Veriler yaşları 12 ile 32 arasında değişen (M=14.49 ± 2.63) 236 erkek futbolcudan toplanmıştır. Futbolculara Spor Liderlik Gücü Algısı Ölçeği-19/SLGAÖ-19 ve Futbol Psikolojik Beceriler Ölçeği-12 / FPBÖ-12, kişisel bilgi formuyla birlikte uygulanmıştır. SLGAÖ-19 beş (Özdeşleşim Gücü, Yasal Güç, Uzmanlık Gücü, Zorlayıcılık Gücü ve Ödülün Gücü) ve FPBÖ-12 ise 4 (Imgeleme, Bağlılık Gösterme, Baskı Altında Doruk Performans Ortaya Koyma ve Stresle Başa Çıkma) faktöre sahiptir. Toplanan veriler normal dağılım ve nonparametric testler (Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U) ve Spearman korelasyonuyla analiz edilmiştir. Bulgu: Analizler;, a) SLGAÖ-19'un Baskı Altında Doruk Performans Ortaya Koyma (r=.203), Stresle Başa Çıkma (r=.244) ve Total FPBÖ-12 (r=.262) ile düşük düzeyde olumlu korelasyonlar gösterdiğini, b) FPBÖ-12 de yüksek puana sahip olan futbolcular, düşük puana sahip olanlara göre, daha yüksek Özdeşleşim Gücü, Yasal Güç, Uzmanlık Gücü ve Toplam SLGAÖ-19 puanına sahip olduklarını ortaya koymuştur.

Sonuç: Sonuçlar, futbolcuların liderlik gücü algılarının ölçülen psikolojik beceriler açısından (Zorlayıcılık Gücü hariç) önemli olduğunu göstermektedir. Liderlik gücü algısı, psikolojik becerileri daha yüksek düzeyde olan futbolcular üzerinde daha etkili olabilir. Bulgular yukarıda belirtilen bağımsız değişkenler açısında da FPBÖ-12 ve SLGAÖ-19'un bir dizi anlamlı sonuçlar gösterdiğini ortaya koymuştur.

Leadership Power Perceptions Of Footballers In Relation To Level Of Psychological Skills And Selected Individual Variables

Objective: The purpose of this was to research leadership power perceptions (Legitimate Power, Expert Power, Reward Power, Coercive Power, and Referent Power) of footballers in relation their psychological skills (Imagery, Commitment, Peaking Under Pressure, and Coping with Stress) including a number of the selected physical (age, weight, hight, body mass Index-BMI, Dominant Limbs), educational and familial (footballer's education, family income, mother and father attitudes), and football participation (priority of football participation, playing position, level of football and captaincy) variables.

Method: Data were collected from 236 footballers aged 12 to 32 (M=14.49 ± 2.63). Footballers administered the validated scales, "Sport Leadership Power Perception Scale-SLPS-19 and the "Soccer Psychological Skills Scale-12" /SPSS-12 along with personal information form. SLPS-19 comprises 5 factors (Referent Power, Legitimate Power, Expert Power, Coercive Power and Reward Power), and SPSS-12 consists of 4 factors

(Imagery, Commitment, Peaking Under Pressure and Coping with Stress). Collected data was analyzed by normality, Spearman correlations, Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U tests.

Results: Results showed that; a) Total SLPS-19 of footballers has significantly positive low correlation with peaking under pressure (r=.203), coping with stress (r=.244) and Total SPSS-12 (r=.262), b) Footballers with high scores of SPSS-12 have significantly also higher points of Referent Power, Legitimate Power, Expert Power, Reward Power and Total SLPS-19 than football players with the low scores of SPSS-12 ($p<.05$).

Conclusion: Results showed that Leadership Power Perceptions of football players seem to be important related to measured psychological skills. Psychological skills as a total seem to be important for all the indicated leadership power perceptions (accept Coercive Power). It could be put forward that leadership power factors would be more influential to the player with the higher level of psychological skills (accept Coercive Power). Results also indicated a number of significant results with the indicated independent variables.

SB313

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Sıtkı ÖZBEK, [1]Berkan BOZDAĞ

[1]Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YOZGAT
[2]Hacı Fatma Erdemir Anadolu Lisesi, KIRŞEHİR

Email : *zsonike@gmail.com, brknbozdag@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini inceleyerek, çeşitli değişkenlerle göre karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: İlişkisel tarama modelindeki bu araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Kırşehir Ahi Evran Üniversitesinde öğrenim gören ve amaçlı örneklem yöntemlerinden kolay ulaşılabilir yöntemi ile belirlenen 106 kadın, 90 erkek olmak üzere toplam 196 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, son 7 gün içerisinde fiziksel aktivitede harcanan zamanı belirlemek amacıyla ''Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ)'', Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin sonucunda güven aralığı a=95, hata miktarı ise 0.05 olarak hesaplanmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin cinsiyetlerine ve barınma yerlerine göre fiziksel aktivite düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Öğrencilerin spor yapma durumlarına göre ise spor yapan öğrencilerin, spor yapmayan öğrencilere kıyasla fiziksel aktivite düzeyleri anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç: Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılım süreleri sadece spor yapma durumlarına göre değişiklik göstermektedir. Bu bağlamda düzenli fiziksel aktiveye katılım süresini arttırabilmek amacıyla üniversite yerleşkelerinde öğrencilerin fiziksel aktivite yapmalarını engelleyen durumları, fiziksel aktivite imkanları ve spor tesisi olanaklarının yeterliliği tespit edilerek ve yapılacak olan iyileştirmelerle fiziksel aktivitenin önündeki engeller ortadan kaldırabilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, Üniversite öğrencisi, Spor

EXAMINATION THE PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF UNIVERSITY

İntroduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the physical activity levels of university students and to compare them according to various variables.

Method: The universe of this research in the relational screening model consists of 20516 university students studying at Kırşehir Ahi Evran University in the 2019-2020 academic year. Its sample consists of 196 (106 female, 90 male) students who were determined by sampling method, which can be easily found from the universe. In the research as a data collection tool, "International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)", Scale was used to determine the time spent on physical activity in the last 7 days. As a result of the obtained data, the confidence interval was calculated as a = 95 and the error amount as 0.05.

Findings: No significant differences could found between the physical activity levels of the students according to their gender and accommodation. According to the doing sports status of the students, it was concluded that the

physical activity levels of the students who doing sports are significantly higher than the students who do not doing sports.

Result: The periods of participation of university students to the physical activities varies only according to their doing sports status. In this context, in order to increase the period of participation in regular physical activity, situations that prevent students from doing physical activity in university campuses, the adequacy of physical activitiy facilities can be determined and the obstacles to physical activity can be eliminated.

Key Words: Physical activity, University students, Sports

SB314

KADIN FUTBOL OYUNCULARININ SPORDAN ALDIKLARI ZEVK KAYNAKLARININ SPOR ORTAMI VE DENEYİM AÇISINDAN İNCELENMESİ.

[1]Ahmet YAPAR ***, [2]Dilek Eker , [3]Yasin AKINCI***

[1]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇANAKKALE
[2]Serbest Araştırmacı, İSTANBUL
[3]Serbest Araştırmacı, ANKARA

Email : *yapara@gmail.com, , yasakinci@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Kadın futbolcuların spordan aldıkları zevk kaynaklarının spor ortamı ve futbol deneyimleri bakımından karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Katılımcılar amaçlı örneklem yoluyla belirlenmiş toplamda 215 kadın futbol oyuncusundan oluşmaktadır. Spor ortamları rekreatif katılım (n= 54, $\bar{x}$ yaş=20.33 Ss yaş= 5.77); Altyapı (n=96, $\bar{x}$ yaş=16.31 Ss yaş= 2.82) ve performans (n=65, $\bar{x}$ yaş=18.52 Ss yaş= 3.86) olarak üç grupta incelenirken futbol deneyimleri az deneyimli (0-2 yıl) (n=61, $\bar{x}$ Deneyim=1.52 Ss Deneyim= .56) orta deneyimli (3-5 yıl) (n=99, $\bar{x}$ Deneyim=4.00 Ss Deneyim= .80) ve deneyimli (0-2 yıl) (n=55, $\bar{x}$ Deneyim=8.20 Ss Deneyim= 2.14) olmak üzere üç grupta incelenmiştir. Katılımcıların Spordan zevk alma kaynakları ölçeğine (SZAKÖ) verdikleri puanları karşılaştırmak için tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Spor ortamlarına göre SZAKÖ yarışma heyecanı alt boyutuna verdikleri puanlar arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir [F(2,212=4.093, p=.018)]. Post-hoc karşılaştırmalarında Tukey HSD testi bulguları altyapı sporcularının ($\bar{x}$ =4.51 Ss = .54) Performans sporcularından ($\bar{x}$ =4.49 Ss = .63) anlamlı olarak farklı olduğunu göstermiştir. Katılımcıların deneyimlerine göre SZAKÖ'ye verdikleri puanlar karşılaştırıldığında Yarışma heyecanı [F(2,212=2.984, p=.000)] ve Dış kaynaklı yeterlik [F(2,212=3.248, p=.001)] alt boyutlarında Az deneyimli sporcularla, Orta ve Yüksek deneyimli sporcular arasında anlamlı farklar gözlenmiştir. Yarışma heyecanı alt boyunun Post hoc analizi Tukey HSD sonuçlarına göre az deneyimli sporcuların ($\bar{x}$ =4.16 Ss = .66) orta deneyimli ($\bar{x}$ =4.43 Ss = .63) ve yüksek deneyimli sporculardan ($\bar{x}$ =4.61 Ss = .44) anlamlı olarak daha az heyecan duyduklarını göstermiştir. Dış kaynaklı yeterlik alt boyutunun Post hoc analizi Tukey HSD sonuçlarına göre az deneyimli sporcuların ($\bar{x}$ =3.93 Ss = .76) orta deneyimli ($\bar{x}$ =4.25 Ss = .65) ve yüksek deneyimli sporculardan ($\bar{x}$ =4.38 Ss = .47) anlamlı olarak daha az dış kaynaklı yeterlik hissi yaşadıklarını göstermiştir.

Sonuç: Altyapı kadın futbolcularının performans grubu sporcularından daha fazla yarışma heyecanı duyduğu ve futbol deneyimi arttıkça yarışma heyecanının ve dış kaynaklı yeterlik hissinin arttığı gözlenmiştir.

EXAMINATION OF FEMALE SOCCER PLAYERS' SOURCES OF ENJOYMENT FROM SPORTS IN TERMS OF SPORTS CONTEXT AND EXPERIENCE

Aim: The purpose was to compare the sources of enjoyment levels of woman soccer players based on their sport participation context and soccer experiences.

Method: Participants consist of totally 215 female soccer players determined by convenience sampling method. Participants and Sport participation contexts were grouped as recreation participation (n= 54, $\bar{x}$ age=20.33 sd age

= 5.77) youth development teams (n=96, $\bar{x}$ age =16.31 sd age = 2.82) and performance (n=65, $\bar{x}$ age=18.52 sd age= 3.86). Participants' soccer experiences were grouped as low- experienced (0-2 year) (n=61, $\bar{x}$ experience=1.52 sd experience = .56) Middle-experienced (3-5 year) (n=99, $\bar{x}$ experience =4.00 Ss experience = .80) and experienced (0-2 year) (n=55, $\bar{x}$ experience =8.20 sdexperience = 2.14). One- way ANOVA was used to compare the sources of enjoyment in sport scores of participants.

Results: Findings indicated that there was a significant differences between sport contexts in competitive excitement subscale [F(2,212=4.093, p=.018)]. Post-hoc Tukey HSD comparisons showed that youth development teams ($\bar{x}$ =4.51, sd = .54) athletes has higher score than performance group ($\bar{x}$ =4.49, sd= .63)Based on the soccer experience, there was significant differences were observed between low-experienced and middle-experienced, experienced group in competitive excitement [F(2,212=2.984, p=.000)] and other referenced competency [F(2,212=3.248, p=.001)]. Post-hoc Tukey HSD analysis revealed that low experieced players ($\bar{x}$ =4.16 sd = .66) has lower competitive excitement score than middle experienced ($\bar{x}$ =4.43 sd = .63) and experienced ($\bar{x}$ =4.61 sd= .44) players. According to other referenced competency, low experienced players has ($\bar{x}$ =3.93 sd = .76) lower score than middle experienced ($\bar{x}$ =4.25 sd = .65) and experienced players ($\bar{x}$ =4.38 sd = .47).

Conclusion: Based on sport context, development players had more competitive excitement than performance players. Based on soccer experience, low-experienced players had more competitive excitement and other referenced competency than middle -experienced and experienced players.

SB315

FUTBOLCULAR VE BİLARDOCULARDA DUYGUSAL ZEKÂNIN YARIŞMA DURUMLUK KAYGI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

***[1]Orçun Terzioğlu*, [1]Erman Doğan**

[1]Girne Amerikan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, GİRNE

Email : *terziogluorcun@outlook.com, ermandogan82@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Duygusal zekâ, duygusal bilgileri işleyebilme becerileri olarak tanımlamıştır. Yarışma durumluk kaygı ise; sporcuların yarışma öncesi sahip oldukları kaygı düzeylerini ifade etmektedir. Bu araştırmada; futbolcuların ve bilardocuların duygusal zekâ özelliklerinin, yarışma durumluk kaygı düzeyleri üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 2018-2019 sezonunda K-Pet Süper Ligi'nde yer alan 37 erkek futbolcu ve Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Bilardo Ligi'ndeki büyükler ve sinyorlar kategorisinde yer alan 31 erkek bilardocu katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 27,69 ve spor deneyimleri ise 15,68 yıldır. Katılımcıların psikometrik ölçümleri Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği ve Yarışma Durumluk Kaygı Ölçeği-2 ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Korelasyon analizleri duygusal zekâ özelliklerinden iyimserlik ile yarışma durumluk kaygının kendine güven alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Elde edilen sonuçlar duygusal zekâ özelliklerinden duyguların kullanımı ile yarışma durumluk kaygının bilişsel kaygı alt boyutu arasında negatif yönde, kendine güven alt boyutu arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Sonuçlar aynı zamanda; duygusal zekâ özelliklerinden duyguların değerlendirilmesi ile yarışma durumluk kaygının bedensel kaygı alt boyutu arasında negatif yönde, kendine güven alt boyutu arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Lineer regresyon analizleri de, duygusal zekâ özelliklerinden oluşan regresyon modellerinin, yarışma durumluk kaygının bilişsel kaygı, bedensel kaygı ve kendine güven alt boyutlarının varyanslarını anlamlı olarak açıklayabileceğine işaret etmiştir.

Sonuç: Araştırma sonuçları; yüksek duygusal zekâya sahip bireysel ve takım sporcularının, bilişsel ve bedensel kaygılarının daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmadan elde edilen bir diğer sonuç ise; yüksek duygusal zekâya sahip bireysel ve takım sporcularının kendine güvenlerinin daha yüksek olduğunu göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar; duygusal zekâ özelliklerinin, bireysel ve takım sporcularının yarışma durumluk kaygı düzeyleri için bir öngörücü olabileceğine işaret etmektedir.

THE EFFECT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON FOOTBALL AND BILLIARD PLAYERS' COMPETITIVE STATE ANXIETY

Introduction and Objective: Emotional intelligence is defined as the ability to process emotional information. Competitive state anxiety means the anxiety levels that the athletes have before the competition. The present study aimed to examine the effect of trait emotional intelligence on competitive state anxiety levels of football and billiard players.

Method: 37 male football players from 2018-2019 season of K-Pet Super League and 31 male billiard players from Turkish Republic of Northern Cyprus Billiard League have participated in the study. The participants'

average age is 27.69 and their average sports experience is 15.68 years. For psychometric tests of the participants, Schutte Emotional Intelligence Scale and Competitive State Anxiety Inventory-2 have been used.

Results: Correlation analysis showed that optimism, which is a trait of emotional intelligence has a significant positive relation with self- confidence, which is a sub-scale of competitive state anxiety. Results revealed that utilizations of emotions, which is a trait of emotional intelligence has a positive relation with self-confidence and negative relation with cognitive anxiety, which are sub-scales of competitive state anxiety. Results also showed that appraisal of emotions, which is a trait of emotional intelligence has a positive relation with self- confidence and negative relation with somatic anxiety, which are sub-scales of competitive state anxiety. Linear regression analyses indicated that the regression models consisting of trait emotional intelligence could explain the significant amount variance of sub-scales of competitive state anxiety, which are somatic anxiety, cognitive anxiety and self-confidence.

Conclusion: Research results revealed that individual and team athletes with high emotional intelligence have lower cognitive and somatic anxiety. Another result obtained from the study showed that individual and team athletes with high emotional intelligence have higher self- confidence. Results obtained from the study indicated that trait emotional intelligence may be a predictor of individual and team athletes' competitive state anxiety levels.

SB330

JANDARMA VE SAHİL GÜVENLİK AKADEMİSİ (JSGA) FAKÜLTE ÖĞRENCİLERİNDEN DERS DIŞI SPORTİF ETKİNLİKLERE KATILAN VE KATILMAYAN ÖĞRENCİLERİN ÖZ YETERLİLİK, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE KAYGI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Mustafa Gürker TEPE, [1]Emine DERELİ

[1]Jandarma Ve Sahil Güvenlik Akademisi, ANKARA

Email : *m.gurker@gmail.com, eminedereli773@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı JSGA fakülte öğrencilerinden ders dışı sportif etkinliklere katılan ve katılmayan öğrencilerin öz yeterlilik, psikolojik dayanıklılık ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Araştırmaya, JSGA fakülte öğrencilerinden oluşan toplam 730 erkek öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında; Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlanması ise Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılan Sürekli Kaygı Ölçeği; Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması ise Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından yapılan Genel Öz Yeterlilik Ölçeği; Işık (2016) tarafından geliştirilen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde; farklılıkları belirlemek için bağımsız örneklemler t-testi, değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için pearson korelasyon analizi, psikolojik dayanıklılık ve kaygı değişkenlerinin genel öz- yeterliliği ne derece yordadığını saptayabilmek için ise basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, JSGA öğrencilerinde ders dışı sportif faaliyetlere aktif katılan öğrencilerin ders dışı sportif faaliyetlere katılmayanlara kıyasla psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve sürekli kaygı ölçeklerinden aldıkları puanlar anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Bu sonuca göre, ders dışı faaliyete katılan öğrencilerin öz yeterlilikleri ve psikolojik dayanıklılıkları daha yüksek iken sürekli kaygı düzeyleri daha düşüktür. Korelasyon analizi sonucuna göre, öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ile öz yeterlik düzeyleri arasında orta düzeyli ve pozitif ilişki, psikolojik dayanıklılık ve sürekli kaygı düzeyleri arasında orta düzeyli ve negatif ilişki, psikolojik dayanıklılık ve sürekli kaygı düzeyleri arasında orta düzeyli ve negatif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Regresyon analizi sonuçları ise psikolojik dayanıklılık ve sürekli kaygı düzeylerinin genel öz yeterlilikleri üzerinde anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Buna göre, öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri artış gösterdikçe ve sürekli kaygı düzeyleri azaldıkça genel öz yeterliliklerinde de anlamlı bir düzeyde artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Psikolojik dayanıklılık-sürekli kaygı ve öz yeterlilik

Examination Of The Relationship Between The Self-Efficacy, Resilience And Anxiety Levels Of Gendarmerie And Coast Guard Academy (JSGA) Faculty Students Participating In And Not Participating In Extra-Curricular Sports Activities

This intensive aim is to investigate the relationship between self-efficacy, psychology endurance, and trait anxiety among JSGA faculty students who do not participate in extracurricular sports activities. A total of 730 male students, consisting of JSGA faculty students, voluntarily participated in the study. In collecting the research; Trait Anxiety Scale, adapted to Turkish by Spielberger et al. (1970), and adapted to Turkish by Öner and Le Compte (1983); The General Self-Efficacy Scale, which was adapted to Turkish by Sherer et al. (1982) and adapted by Yıldırım and İlhan (2010); Sustainable Resilience Scale and Personal Information Form were used by Işık (2016).

In the analysis of the data; Independent samples t-test to determine the differences, Pearson correlation analysis to reveal the relationship between variables, and a simple regression analysis to determine to what extent psychological resilience and anxiety variables predict general self-efficacy. According to the results of the research, the scores of the students who actively participated in extracurricular sports activities in JSGA students compared to those who did not participate in extracurricular sports activities differed significantly from the psychological endurance, self-efficacy and trait anxiety scales. According to this result, while the self-efficacy and psychological resilience of students participating in extracurricular activities are higher, their trait anxiety levels are lower. According to the results of correlation analysis, it was concluded that there was a moderate and positive relationship between psychological resilience and self-efficacy levels of students, a moderate and negative relationship between psychological resilience and trait anxiety levels, and a moderate and negative relationship between psychological resilience and trait anxiety levels. Regression analysis results show that psychological resilience and trait anxiety levels are a significant predictor of general self-efficacy. Accordingly, it was concluded that as the psychological resilience levels of the students increased and their trait anxiety levels decreased, their general self-efficacy

SB339

EGZERSİZİN YAŞAM BAĞLILIĞI VE ÖZNEL ZİNDELİK ÜZERİNE ETKİSİ: COVİD-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE KÜLTÜRLERARASI BİR ARAŞTIRMA

***[1]Musab ÇAĞIN*, [1]Ahmet DÖNMEZ, [1]Erdem KARTAL, [1]Cengiz BAYKARA, [1]Salim İbrahim ONBAŞI**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

***Email :** msbcgn7@gmail.com*

Bu araştırmada covid-19 pandemi sürecinde egzersizin yaşam bağlılığı ve öznel zindelik üzerine etkisinin araştırılması ve ülkelere göre farklılıkların incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubu Türkiye, Amerika Birleşik Devletleri, İngiltere, İspanya, İtalya, Kanada, Brezilya ve Hindistan' da egzersiz yapan ve yapmayan 1224 sağlıklı bireyden oluşmaktadır. Araştırma verileri "Yaşam Bağlılığı Ölçeği", "Öznel Zindelik Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu"yla çevrimiçi olarak toplanmıştır. Verilere betimsel istatistikler ve MANOVA analizi uygulanmıştır. Araştırma bulguları ülkelere göre yaşam bağlılığı ve öznel zindelik puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p<.05$). Ayrıca egzersiz yapan bireylerin yaşam bağlılığı ve öznel zindelik puanlarının egzersiz yapmayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<.05$). Ek olarak ülke*egzersiz etkileşimi sonucunda da yaşam bağlılığı ve öznel zindelik puanlarında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir ($p<.05$). Sonuç olarak; covid-19 pandemi sürecinde, egzersize katılımın yaşam bağlılığı ve öznel zindelik üzerinde olumlu etkisinin olduğu ve yaşam bağlılığı ve öznel zindelik puanlarının ülkelere göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<.05$).

Anahtar Kelimeler: Covid-19 pandemisi, kültürlerarası, egzersiz, yaşam bağlılığı, öznel zindelik.

THE EFFECT OF EXERCISE ON LIFE ENGAGEMENT AND SUBJECTIVE VITALITY: AN INTERCULTURAL STUDY DURING THE COVID-19 PANDEMIC

In this study, it was aimed to investigate the effect of exercise on life engagement and subjective vitality during the Covid-19 pandemic process and to examine the differences according to countries. The research was carried out using the scanning model. The research group is comprised of 1224 healthy individuals who have exercise and uncooperative in Turkey, the United States of America, Britain, Spain, Italy, Canada, Brazil, and India. The research data were collected online using "Life Engagement Scale", "Subjective Vitality Scale" and "Personal Information Form". Descriptive statistics and MANOVA analysis were applied to the data. The research findings show that there are statistically significant differences in life engagement and subjective vitality scores according to countries. ($p <.05$). Besides, it was determined that the life engagement and subjective vitality scores of the individuals who exercise were significantly higher than those who did not exercise ($p <.05$). Also, as a result of the country * exercise interaction, significant differences were obtained in life engagement and subjective vitality scores ($p <.05$). As a result, during the Covid-19 pandemic process, it was determined that exercise participation had a positive effect on life engagement and subjective vitality, life engagement and subjective vitality scores differ according to countries. ($p <.05$).

Keywords: Covid-19 pandemic, inter-cultural, exercise, life commitment, subjective wellness.

SB341

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU / SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ MEZUNLARININ IŞYERLERİNDE MOBBİNGE MARUZ KALMA SIKLIKLARI

***[1]Gökhan ÇAKMAK*, [1]Ayşegül Funda ALP, [1]Elif KARAGÜN**

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

***Email :** cakmakgokhan23@gmail.com, afundaalp@gmail.com, elif.karagun@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Mobbing, birini hedef alma, onu küçük düşürücü hareketlerde bulunma, hedef aldığı kişiyi olumsuzlukla suçlama, yalnızlaştırarak bunaltma ve kötü niyetli davranışlar, imalar ve dışlayıcı tutumlar şeklinde olan olumsuz davranışlar olarak tanımlanabilir. Mobbing uygulanan insanların hem kendi hayatlarında hem de iş yaşamlarında bir takım olumsuz durumların ortaya çıkabileceğini söylemek mümkündür. Bu çalışmanın amacı üniversitelerin beden eğitimi spor yüksekokulları ile spor bilimleri fakültelerinden mezun olan ve daha sonrasında herhangi bir kurumda iş yaşamına devam edenlerin mobbinge maruz kalma sıklıklarının tespitidir. Yöntem: Araştırmanın örneklem grubunu üniversitelerin beden eğitimi spor yüksekokulları ile spor bilimleri fakültelerinden mezun olan ve daha sonrasında herhangi bir kurumda iş yaşamına devam eden kişiler oluşturmuştur. Araştırmada ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Katılımcıların beden eğitimi spor yüksekokulu ya da spor bilimleri fakültesi mezunu olması ve bir iş yerinde çalışıyor olması ölçüt olarak belirlenmiştir. Araştırmaya toplam 234 kişi katılmıştır. Veriler Google Formlar aracılığıyla elde edilmiştir. Anket formunun katılımcılara ulaştırılmasında sosyal medya sitelerinden yararlanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. Veriler normal dağılıma uygun olmadığı için verilerin analizinde non-parametrik testlerden Mann-Whitney U kullanılmıştır. Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda yalnızca çalışma yılı değişkenine göre yapılan analizlerde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Diğer değişkenler olan cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve yaşa göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılık tespit edilmemiştir. Öte yandan çalışma sonucunda erkeklerin kadınlardan, bekârların evlilerden, lisans mezunlarının lisansüstü mezunlarından, 30 yaş ve altında olanların 31 yaş ve üstü olanlardan, 6 yıl ve daha fazla süredir çalışanlar 5 yıl ve daha az süredir çalışanlardan daha sık mobbinge maruz kaldığı görülmüştür.

The Frequency Of Exposure To Mobbing In Workplaces Of School Of Physical Education And Sports / Faculty Of Sports Sciences

Introduction and Purpose: Mobbing can be defined as negative behaviors in the form of targeting someone, acting in humiliation, accusing the target person of negativity, overwhelming by making them lonely, and malicious behavior, insinuations and exclusionary attitudes. It is possible to say that people who are exposed to mobbing may some negative situations both in their own lives and in their work lives. The aim of this study is to determine the frequency of exposure to mobbing of those who graduated from physical education and sports colleges and sports sciences faculties of universities and then continued their business life in any institution. Method: The sample group of the study consisted of people who graduated from school of physical education and sports, and sports sciences faculties of universities and then continued their business life in any institution. Criterion sampling was used in the study. The criteria was determined as being a graduate of the physical education sports school or sports sciences faculty and working in a workplace. A total of 234 people participated in the study. The data was obtained through Google Forms. Social media sites were used to deliver the questionnaire form to the participants. SPSS 25.0 package program was used in the analysis of the data. Since the data aren't suitable for normal distribution, Mann-Whitney U, one of the non-parametric tests, was used in the

analysis of the data. Findings and Result: As a result of the research, a statistically significant difference was found only in the analyzes made according to the working year variable ($p < 0.05$). There is no statistically significant difference was found according to the other variables such as gender, marital status, education level and age. On the other hand, it was observed that men were exposed to mobbing more frequently than women, singles than married, bachelor graduateds

SB342

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARINDA YALNIZLIĞIN YORDAYICILARI: POZİTİF VE NEGATİF DUYGULAR

[1]Ahmet DÖNMEZ, [1]Salim İbrahim ONBAŞI, [1]Musab ÇAĞIN, [2]Abdullah CANİKLİ, [3]Fikret RAMAZANOĞLU

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
[3]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Email : *ahmet.donmez@ogr.sakarya.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmada beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının pozitif ve negatif duygularının yalnızlığı yordayıcı gücünü belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: İlişkisel tarama modeliyle desenlenen araştırmaya Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 153 (48 kadın+105 erkek) beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı gönüllü katılım göstermiştir. Veri toplama araçları olarak "UCLA Yalnızlık Ölçeği (ULS-8)", "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Veriler betimsel istatistikler, pearson korelasyon ve regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre; beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının pozitif duygu puanları ile yalnızlık puanları arasında negatif yönde orta düzeyde ($p<.05$), negatif duygu puanları ile yalnızlık puanları arasında ise pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$). Ayrıca pozitif ve negatif duyguların yalnızlık üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu belirlenmiştir ($p<.05$).

Sonuç: Bu sonuçlar beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının yalnızlık düzeylerini azaltmayı hedeflerken pozitif ve negatif duygu durumlarının da dikkate alınması gerektiğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı, yalnızlık, pozitif ve negatif duygular.

THE PREDICTORS OF LONELINESS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHERS NOMINEES: POSITIVE AND NEGATIVE FEELINGS

Purpose: In this study, it was aimed to determine the predictive power of positive and negative feelings of physical education and sports teacher nominees on loneliness.

Method: 153 (48 female+105 male) physical education and sports teacher nominees studying at Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Sport Sciences voluntarily participated in the research, which was figured with the correlational survey model. "UCLA Loneliness Scale (ULS-8)", "Positive and Negative Affect Scale" and "Personal Information Form" were used as data collection tools. The data were analyzed using descriptive statistics, Pearson correlation, and regression analysis.

Findings: According to the research findings, there was a moderate negative correlation between positive feeling scores and loneliness scores of physical education and sports teacher nominees ($p<.05$), and a moderate positive correlation between negative feeling scores and loneliness scores ($p<.05$). Also, it was determined that positive and negative feelings have significant predictors on loneliness ($p<.05$).

Conclusion: These results indicate that while aiming to reduce the loneliness levels of physical education and sports teacher nominees, positive and negative feeling states should also be taken into account. Keywords: Physical education and sports teacher nominee, loneliness, positive and negative feelings.

SB345

POZİTİF VE NEGATİF DUYGULARIN ÖZ-YETERLİK ÜZERİNE ETKİSİ: SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

[1]Ahmet DÖNMEZ, [1]Cengiz BAYKARA, [2]Taşkın YILDIZ, [3]Hasip CANA, [2]Kamil DÖNMEZ

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Milli Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni
[3]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sapanca Turizm Meslek Yüksekokulu

Email : *ahmet.donmez@ogr.sakarya.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmada amaç; spor bilimleri öğrencilerinin pozitif ve negatif duygularının öz-yeterlik üzerine etkisini belirlemektir.

Yöntem: Araştırma ilişkisel tarama modeliyle dizayn edilmiştir. Araştırmanın evrenini Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler, örneklemini ise bu evren içerisinden uygun örnekleme yöntemiyle seçilen ve araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden 462 (109 kadın+353 erkek) spor bilimleri öğrencisi oluşturmuştur. Veriler "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği", "Öz-yeterlik Ölçeği", ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak toplanmıştır. Verilere betimsel istatistikler, pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre; spor bilimleri öğrencilerinin pozitif duygu puanları ile öz-yeterlik puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ($p<.05$), negatif duygu puanları ile öz-yeterlik puanları arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$). Ayrıca pozitif ve negatif duyguların öz-yeterlik üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda spor bilimleri öğrencilerinin öz-yeterlikleri üzerinde duyguların belirleyici bir etkisi olduğu ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri öğrencileri, öz-yeterlik, pozitif ve negatif duygular.

THE EFFECT OF POSITIVE AND NEGATIVE FEELINGS ON SELF-EFFICACY: A RESEARCH ON SPORTS SCIENCE STUDENTS

Purpose: The aim of this research is to determine the effect of positive and negative feelings of sports science students on self-efficacy.

Method: The research was figured with the correlational survey model. The population of the study was composed of the students studying at Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Sport Sciences, and the sample consisted of 462 (109 female + 353 male) sports science students who were selected from this universe with the appropriate sampling method and accepted to participate in the study voluntarily. The data were collected using the "Positive and Negative Emotion Scale", "Self-Efficacy Scale", and "Personal Information Form". Descriptive statistics, Pearson correlation, and regression analysis were applied to the data.

Findings: According to the research findings; there was a moderate positive correlation ($p < .05$) between positive feeling scores and self-efficacy scores of sports sciences students, and a low level of negative correlations between negative feeling scores and self-efficacy scores ($p < .05$). Besides, positive and negative feelings were found to have a significant effect on self-efficacy ($p < .05$). Conclusion: As a result of the research, it was revealed that feelings have a determining effect on the self-efficacy of sports science students.

Keywords: Sports science students, self-efficacy, positive and negative feelings.

SB362

SPORDA AHLÂKİ YÖNELİM ÜZERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ROLÜ

***[1]Yasin Altın*, [2]Sena Altın**

[1]Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SİVAS
[2]Kayseri Üniversitesi Pınarbaşı Suna Yalçın Meslek Yüksekokulu, KAYSERİ

***Email :** yasinaltin@cumhuriyet.edu.tr, sena.altin@kayseri.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kişilik insan davranışlarını anlamak için birçok disiplinde önemli bir araştırma konusu olmuştur. Bireyin yaşadığı toplumla karşılıklı bir ilişki ve etkileşimi sonucunda oluşur. Bu etkileşimin yaşandığı önemli faaliyetlerden biri de spordur. Yapılan araştırmalar kişilik özelliklerinin sporda olumlu ya da olumsuz yansıması olduğunu ileri sürmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, sporda ahlaki yönelim üzerinde beş faktör kişilik özelliklerinin rolünün belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırma tarama modelinde betimsel niteliktedir. Araştırma grubu Kayseri ilinde aktif olarak spor yapan, uygun örneklem yöntemi ile seçilen, 200 bireyden oluşmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formu, sporda ahlaktan uzaklaşma ölçeği ve beş faktörlü kişilik ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada veriler SPSS 23.0 programı ile analiz edilmiştir. Ölçeklerin güvenirlikleri, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları hesaplanarak belirlenmiştir. Elde edilen bulguların anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmada, sporda ahlaktan uzaklaşma davranışı ile kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Sporda ahlaki yönelim duygusal dengesizlik kişilik faktörü ile pozitif yönlü, uyumluluk kişilik faktörü ile negatif yönlü, öz disiplin kişilik faktörü ile negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

The Role Of Personality Characteristics On Moral Orientation In Sports

Introduction and Purpose: Personality has been an important research issue in many disciplines to understand human behavior. It is formed as a result of a mutual relationship and interaction with the society in which the individual lives. One of the important activities that this interaction is experienced is sports. Studies suggest that personality characteristics have positive or negative reflections in sports. In this context, the aim of the study is to determine the role of personality characteristics on moral orientation in sports

Method: The research is descriptive in the scanning model. The sampling group of the research was composed of 200 individuals, chosen by suitable sampling method, actively involved in sports in Kayseri Province. In the research, a personal information form, moral disengagement in sport scale and five-factor personality inventory were applied. In the research, the data obtained with data collection tools were analysed with SPSS 23.0 program. Margin of error of the findings obtained was taken as 0.05. The reliability of the scales was determined by calculating the Cronbach Alpha internal consistency coefficients.

Findings and Conclusion: In the study, it was observed that there is a significant relationship between the behavior of moral disengagement in sports and personality characteristics. It was concluded that there was a positive significant correlation between moral orientation in sports and emotional instability (personality factor); there was a negative significant correlation between moral orientation in sports and compatibility (personality

factor); there was a negative significant correlation between moral orientation in sports and self-discipline (personality factor).

SB372

SPORCULARIN COVİD-19 PANDEMİSİ DÖNEMİNDE DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

[2]Çetin YAMAN, [2]Gülten HERGÜNER, [3]M. Sibel YAMAN, [4]Cengiz BAYKARA, [4]Ahmet DÖNMEZ, [1]Gamze Yeşim GÖKTÜRK

[1]Sakarya Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Uzm. Klinik Psikolog
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]İstanbul Rumeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[4]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı

Email : *cyaman@subu.edu.tr*

Amaç: Bu araştırma sporcuların covid-19 pandemisi döneminde depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Tarama modeli kullanılarak yürütülen araştırmaya 333 yetişkin sporcu katılmıştır. Veriler "Depresyon Anksiyete Stres-21" ölçeği ve "Kişisel Bilgi Formu" ile toplanmıştır. Veriler çözümlenirken betimsel istatistikler, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi ve pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Sporcuların depresyon puanları; millilik, pandemi döneminde egzersiz yapma, kilo değişimi ve aylık gelir durumu algılarına göre anlamlı farklılık gösterirken ($p<.05$); cinsiyet, covid'e yakalanma korkusu, covid'e yakalanmada performansın zarar görmesi durumlarına göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>.05$). Sporcuların anksiyete ve stres puanları; cinsiyete, millilik, pandemi döneminde egzersiz yapma ve kilo değişimi durumlarına göre anlamlı farklılık gösterirken ($p<.05$); covid'e yakalanma korkusu, covid'e yakalanmada performansın zarar görmesi ve aylık gelir durumu algılarına göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>.05$). Ayrıca depresyon puanları ile yaş, spor yılı ve pandemi döneminde egzersiz yapılan gün sayısı ile negatif, pandemi sürecindeki uyku süresi ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilirken ($p<.05$); pandemi döneminde egzersiz yapılan saat süresi ile anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ($p>.05$). Anksiyete ve stres puanları ile yaş, spor yılı, pandemi sürecindeki uyku süresi, pandemi döneminde egzersiz yapılan gün sayısı ve saat süresi arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmezken ($p>.05$); stres puanları ile pandemi döneminde egzersiz yapılan gün sayısı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<.05$).

Sonuç: Sonuç olarak covid-19 pandemisi döneminde sporcuların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin düşük düzeyde olduğu ve covid-19 döneminde egzersizin depresyon, anksiyete ve stresi azaltmada önemli bir araç olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19 pandemisi, sporcu, depresyon, anksiyete, stres.

SPORCULARIN COVİD-19 PANDEMİSİ DÖNEMİNDE DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Purpose: This research was conducted to determine the depression, anxiety, and stress levels of athletes during the Covid-19 pandemic.

Method: Total of 333 adult athletes participated in research conducted using the screening model. "Depression Anxiety Stress-21" scale and "Personal Information Form" were used as data collection tools. While analyzing the data, descriptive statistics, independent groups t- test, one-way analysis of variance, and Pearson correlation analysis were used.

Findings: While depression scores of athletes significantly differ according to nationalism, perceptions of exercising, weight change, and monthly income during the pandemic period (p<. 05); there was no significant difference according to gender, fear of catching Covid, and performance damage in catching Covid (p> .05). While anxiety and stress scores of athletes significantly differs according to gender, nationalism, exercising, and weight change during the pandemic period (p <.05); fear of catching Covid didn't differ significantly according to perceptions of performance damage and monthly income. Besides, negative relationships were found with depression scores and age, sports year and the number of days exercised during the pandemic period, and positive significant relationships with sleep duration during the pandemic period (p <.05); no significant relationship was found with the number of hours exercised during that period (p> .05). While no significant relationships were found between anxiety and stress scores and age, sports year, sleep duration during the pandemic period, the number of days exercised during that period, and hour duration (p> .05); significant negative correlations were found between stress scores and the number of days exercised during the pandemic period (p <.05).

Conclusion: As a result, it was determined that athletes have low levels of depression, anxiety, and stress during the Covid-19 pandemic period, and exercise is an important tool in reducing depression, anxiety, and stress in that period. Keywords: Covid-19 pandemic, athlete, depression, anxiety, stress.

SB374

TÜRKİYE OLİMPİK HAZIRLIK MERKEZİNDEKİ SPORCULARIN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Hayri Aydoğan, [1]Utku Işık, [1]Emin ÖzdemiR, [2]Abdussamed Karaköseoğlu

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE
[2]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, ANKARA

Email : *hayriaydogan@hotmail.com, utku.isik@erdogan.edu.tr, emin.ozdemir@erdogan.edu.tr, fizysamet06@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Hızlı gelişen teknoloji ile günümüz insanlarının alışkanlıkları ve karşılaşmış oldukları sorunlar gün geçtikçe değişmekte ve kendini güncellemektedir. Geçmişte bize herhangi bir sorun teşkil etmeyen bazı kavramlar günümüzde insanların yaşam konforlarını etkilemektedir. Şu anda insanlığın sorunu olarak görmediğimiz bazı olgular gelecekte insanlığın başına problemler açabilir. Bu anlamda bireylerin problem çözme becerileri belirli bir soruna yönelik olarak değil, karşılaşılan her yeni probleme karşı gösterilen davranış şekli (strateji) olarak düşünülmelidir. Sporun içerisinde karşılaşılan her yeni problemin yeni bir strateji ortaya çıkartacağı açıktır. Bu anlamda bu araştırmanın amacı; Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezleri (TOHM)'nde olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporcuların problem çözme becerilerinin farklı değişkenlere göre incelenmesidir.

YÖNTEM Bu araştırmanın evren grubunu TOHM'da olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporculardan oluşmaktadır. Çalışmanın örneklem grubunu ise Doğu Karadeniz Bölgesi (Rize, Trabzon ve Artvin) TOHM'da olimpiyatlara hazırlanan tesadüfi örnekleme yoluyla belirlene 117 sporcu oluşturmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşabilmesi için katılımcılara öncelikle araştırmacılar tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu ve Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiş, Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması ise Şahin vd. (1993) tarafından yapılmış 35 maddelik Problem Çözme Envanteri (PÇE) kullanılmıştır. Veriler, Microsoft Excel programında düzenlemiş ve lisanslı IBM SPSS 22.0 paket programında analiz edilerek yorumlanmıştır. BULGULAR Yapılan analizler doğrultusunda katılımcıların cinsiyet, spor dalı, eğitim, TOHM merkezi, anne eğitim düzeyi ve gelir seviyesine göre problem çözme becerilerinde anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır ($p<0,05$). Spor yapma yılı ve baba eğitimi değişkenleri açısından ise herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

SONUÇ Olimpiyatlara hazırlanan üst sporcular arasında yapılan bu çalışma sonucunda; sporcuların sahip oldukları özellikler açısından problem çözme becerilerinde farklılıklar ortaya çıkmıştır. Problem çözme becerisi cinsiyet, spor dalı, eğitim, TOHM merkezi, anne eğitimi ve gelir seviyesine göre farklılık gösterirken; spor yapma yılı ve baba eğitimi açısından herhangi anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

INVESTIGATING PROBLEM SOLVING SKILLS OF ATHLETES IN TURKISH OLYMPIC PREPARATORY CENTER

INTRODUCTION AND PURPOSE With the rapidly developing technology, the habits of today's people and the problems they encounter are changing day by day and updating itself. Some concepts that did not pose any problem to us in the past affect the comfort of people today. Some phenomena that we do not see as the problem of humanity at the moment may cause problems for humanity in the future. In this sense, problem solving skills of individuals should be considered as a way of behavior (strategy) against each new problem encountered, not a

specific problem. It is clear that every new problem encountered in sports will reveal a new strategy. In this sense, the purpose of this research is; Turkey Olympic Preparation Centers (Toluene) in the analysis of the problem solving skills of elite athletes the Olympics prepared according to different variables.

METHOD The universe group of this research consists of high-level athletes who are preparing for the Olympics in TOHM. The sample group of the study consists of 117 athletes who are preparing for the Olympics in TOHM in the Eastern Black Sea Region (Rize, Trabzon and Artvin). In order to reach the aim of the study, firstly, the personal information form prepared by the researchers and the Turkish validity and reliability study developed by Heppner and Petersen (1982) were given to the participants. The Problem Solving Inventory (PSI) consisting of 35 items made by (1993) was filled out. The data were prepared in Microsoft Excel and analyzed and interpreted in the licensed IBM SPSS 22.0 package program.

RESULTS In line with the analysis, significant differences were found in problem solving skills of the participants according to gender, sports branch, education, TOHM center, mother's education level and income level ($p<0.05$). No significant difference was found in terms of years of doing sports and father education variables.

CONCLUSION As a result of this study conducted among top athletes preparing for the Olympics; There were differences in problem solving skills of athletes in terms of their characteristics. While problem solving skills differ according to gender, sport branch, education, TOHM center, mother's education and income level; it did not show any significant difference in terms of years of doing sports and education of the father.

SB376

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ REKREASYON BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Ömer Faruk TUTAR

[1]Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

Çalışmamızın amacını spor bilimleri fakültesi rekreasyon bölümü öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi oluşturmuştur. Çalışmamızın araştırma grubunu, 2020 yılında Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri fakültesi rekreasyon bölümünde öğrenim gören rastgele seçilmiş 199 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan deneklerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu (sınıf, yaş, cinsiyet ve aktif spor yapma durumu) ve Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Kesici ve Üre (2003) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 21 madde 5'li likert tipi kullanılmıştır. Değişkenlerin frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmış ve çoklu gruplar değişkenlerinde Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığı için t-testi kullanılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği analizlerde ise hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır. Çalışmada hata düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, Fırat Üniversitesi Spor bilimleri fakültesi rekreasyon bölümünde öğrenim gören lisans öğrencilerinin; sınıf ve cinsiyet değişkenlerine bağlı olarak, lisans öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Yaş ve aktif spor yapma durumu değişkenlerine göre temel psikolojik ihtiyaçları düzeyleri arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır. Çalışma bulguları doğrultusunda, Fırat Üniversitesi spor bilimleri fakültesi rekreasyon bölümünde öğrenim gören lisans öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ölçeği puanlarının 22,91 ortalama ile temel psikolojik ihtiyaçları düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Temel psikolojik ihtiyaçların bireylerin psikolojisini doğrudan etkilediği ve yaşantı düzeylerini etkileyeceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Spor, Rekreasyon, Psikoloji, Temel İhtiyaçlar

EXAMINATION OF BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS OF STUDENTS OF RECREATION DEPARTMENT OF SPORTS SCIENCES ACCORDING TO SOME VARIABLES

The purpose of our study was to examine the basic psychological needs of the students of the department of recreation of the faculty of sports sciences according to some variables. The research group of our study is 199 randomly selected undergraduate students studying in the recreation department of Firat University Faculty of Sports Sciences in 2020. In order to determine the demographic information of the subjects participating in the study, the personal information form (class, age, gender and active sports) and the Basic Psychological Needs Scale developed by Deci and Ryan (2000) were used. The adaptation of the scale to Turkish was carried out by Kesici and Ure (2003). The scale is a 21-items 5-point Likert type. Frequency (f) and percentage (%) of variables Duplex variance Analysis (ANOVA) is used in multiple groups variables, t-testing for the significance of the difference between the two independent groups. Tukey test was used to determine which groups were among the analyses where significant difference was detected. The error level in the study was taken as $p<0.05$. According to the study's findings, undergraduate students studying in the recreation department of Firat University Faculty of Sports Sciences; Depending on class and gender variables, it has been found that there is no statistically

significant difference in terms of basic levels of psychological needs of undergraduate students. It has been found that there is a significant difference between the levels of basic psychological needs according to age and active sports status variables. It is observed that basic psychological needs scale scores of undergraduate students studying in the recreation department of Firat University Faculty of Sports Sciences have a high level of basic psychological needs with an average of 22.91, according to the study findings. It is thought that basic psychological needs directly affect the psychology of individuals

SB378

FIRAT ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ BÖLÜMÜ 1. VE 3. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Mustafa Kızılkoca

[1]Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, TUNCELİ

Çalışmamızın amacını 2020 yılında Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri fakültesinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi oluşturmuştur. Çalışmamızın araştırma grubunu, 2020 yılında Fırat Üniversitesi Spor bilimleri fakültesinde beden eğitimi öğretmenliği bölümü, spor yöneticiliği bölümü, antrenörlük eğitimi bölümü ve rekreasyon bölümü 1. ve 3. Sınıf öğrencilerinden rastgele seçilmiş 117 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan deneklerin demografik bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu (sınıf, yaş, cinsiyet ve branş türü) ve Arıcak (1999) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeğinden yararlanılmıştır. Ölçek 32 madde 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Değişkenlerin frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları hesaplanmış ve çoklu gruplar değişkenlerinde Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), iki bağımsız grup arasındaki farkın anlamlılığı için t-testi kullanılmıştır. Anlamlı farklılığın tespit edildiği analizlerde ise hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır. Çalışmada hata düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, Fırat Üniversitesi Spor bilimleri fakültesi bölümlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin; sınıf, yaş, cinsiyet ve branş türü değişkenlerine bağlı olarak, lisans öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Çalışma bulguları doğrultusunda, Fırat Üniversitesi spor bilimleri fakültesi bölümlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin benlik saygısı alt boyut puanlarının benlik değeri alt boyutunda 2,73, özgüven alt boyutunda 3,15, depresif duygulanım alt boyutunda 2,94, kendine yetme alt boyutunda 3,43 ve başarma ve üretkenlik alt boyutunda ise 2,85 düzeyinde olduğu saptanmıştır. Benlik saygısı ölçeği genel puanının ise 3,02 ortalama ile benlik saygısı düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu gözlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Spor, Benlik Saygısı, Üniversite, Öğrenci

EXAMINATION OF SELF-RESPECT LEVELS OF FIRAT UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION DEPARTMENT 1ST AND 3RD CLASS STUDENTS

The purpose of our study was to examine the self-esteem levels of undergraduate students studying at Firat University Faculty of Sports Sciences in 2020 in terms of some variables. The research group of our study consists of 117 undergraduate students who were randomly selected from 1st and 3rd grade students in the department of physical education teaching, sports management department, coaching department, and recreation department in 2020 at Firat University Faculty of Sports Sciences. The Personal Information Form (class, age, gender, and branch type) and the Self Esteem Scale developed by Arıcak (1999) were used to determine the demographic information of the subjects participating in the research. The scale consists of 32 items and 5 sub-dimensions. Frequency (f) and percentage (%) of variables Duplex variance Analysis (ANOVA) is used in multiple groups variables, t-testing for the significance of the difference between the two independent groups. Tukey test was used to determine which groups were among the analyses where significant difference was detected. The error level in the study was taken as $p<0.05$. According to the study's findings, undergraduate students studying in the departments of Firat University Faculty of Sports Sciences; Depending on the class, age, gender and branch type variables, it has been found that undergraduate students do not have a statistically

significant difference in terms of self-esteem levels. According to the study findings, it was determined that the self-esteem sub-dimension scores of undergraduate students studying in the departments of The Faculty of Sports Sciences at Firat University were 2.73 in the sub- dimension of self-value, 3.15 in the sub-dimension of self-confidence, 2.94 in the sub-dimension of depressed sensation, 3.43 in the sub- dimension of self-sufficient, and 2.85 in the sub-dimension of success and productivity. The overall score of the self-esteem scale was observed to be above average with an average of 3.02.

Keywords: Sports, Self-Esteem, University, Student

SB397

LİSANS DÜZEYİNDE ALINAN SPOR BİLİMLERİ EĞİTİMLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

[1]Yunus Emre Büyükbasmacı, [2]Murat Erdoğdu

[1]Selçuk Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Enstütüsü
[2]Selçuk Üniversitesi-Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *emrebasmaci70@gmail.com,*

Yapılan bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi ve diğer fakülte öğrencileri arasında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının karşılaştırmalarını yaparak, lisans düzeyinde alınan spor eğitiminin yıllara göre sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını artırıp artırmadığı araştırmaktır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Walker ve ark. (1987) tarafından geliştirilmiş, 52 soruluk "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II" kullanılmıştır. Ölçek bireyin sağlıklı yaşam biçimi ile ilişkili olarak sağlığı geliştiren davranışları ölçmektedir. Çalışmanın örneklemi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile Afyon Kocatepe Üniversitesine bağlı bazı diğer fakülte öğrencilerinden oluşmaktadır. Ankete toplam 205 kişi katılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Değişkenlerin analizinde "normallik testi" gerçekleştirildikten sonra elde edilen sonuçlara göre; "tek yönlü anova" "bağımsız örneklem t" uygulanmıştır. Çalışma öncesi beş farklı H0 ve H1 hipotezi kurulmuş ve test edilmiştir. Çalışmada yapılan analizler sonucunda, toplam beş değişkenden ikisinde anlamlı üçünde ise anlamsız farklılık tespit edilmiştir.

RECEIVED AT LICENSE LEVEL OF SPORTS SCIENCE EDUCATION HEALTHY LIFE EFFECT ON STYLE BEHAVIORS

The aim of this study is to investigate whether sports education received at the undergraduate level increases of healthy life on style behaviors by making comparisons of the level of healthy life on style behaviors between the Faculty of sports sciences and other faculty students. As a means of data collection in the study, Walker and fri. Developed by (1987), the 52-question "Healthy lifestyle behavior measure II" was used. The scale measures health-enhancing behaviors in relation to an individual's healthy lifestyle. The sample of the study consists of students of the Faculty of Sports Sciences of the University of Afyon Kocatepe University and some other students of the faculty affiliated with the University of Afyon Kocatepe University. A total of 205 people participated in the survey. The SPSS 21 package program was used to analyze the data obtained. According to the results obtained after the "normality test" was performed in the analysis of the variables; "one-way anova" "independent sample t" was applied. Five different H0 and H1 hypotheses were established and tested before the study. As a result of the analysis conducted in the study, significant differences were found in two of the five variables and meaningless differences in three.

SB401

FİTNESS MERKEZİNDE SPOR YAPAN BİREYLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Mihriay Musa*, [1]Mehmet Bayansalduz , [1]Abdurrahman Kepoğlu, [1]Şenol Yanar, [1]İlker Günel, [1]Berkehan Burak**

[1]Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, UŞAK

***Email :** mihriay.musa@usak.edu.tr, mehmet.bayansalduz@usak.edu.tr, abdurrahman.kepoğlu@usak.edu.tr, senol.yanar@usak.edu.tr, kergunel@gmail.com , berkehanburakkarakas@gmail.com*

Bu araştırma, fitness merkezlerinde spor yapan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve özgüven düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmada araştırma desenlerinden nicel araştırma deseni kullanılmıştır. Araştırmanın evreni, İstanbul ve Uşak İllerinde ticari faaliyet gösteren iki fitness merkezinde spor yapan bireyler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi ise basit tesadüfi yöntem tekniği kullanılarak bu merkezlerde spor yapan 212 bireyden oluşmuştur. Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen, Türkçenin geçerlik ve güvenirliği Doğan (2010) tarafından yapılmış sosyal görünüş kaygısı ölçeği ile Akın (2007) tarafından geliştirilen ve geçerlik güvenirlik araştırması yapılan öz güven ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde t-testi, one way anova ve basit doğrusal regresyon analizleri uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda sosyal görünüş kaygısı ile özgüven arasındaki ilişki ve modelin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Sosyal görünüş kaygısının özgüven üzerine (β=-,853) kuvvetli ve negatif yönlü etkisi olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre fitness merkezlerine giden bireylerin sosyal görünüş kaygısı arttıkça, özgüvenlerinde önemli derecede düşme meydana gelmektedir. Ayrıca sosyal görünüş kaygısı ile spor yapma nedeni arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Buna göre rekabet ortamını ve rekabet etmeyi seven bireylerin sosyal görünüş kaygılarının yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Fitness Merkezi, Sosyal Görünüş, Özgüven, Kaygı,

Investigation Of Social Appearance Anxiety And Self-Confidence Levels Of Individuals Playing Sports In A Fitness Center

This study was conducted to examine the social appearance anxiety and self-confidence levels of individuals who do sports in fitness centers. The quantitative research design, one of the research designs, was used in the study.The universe of the research has created individuals who do sports in two commercial fitness centers in Istanbul and Uşak. The sample of the study, on the other hand, consisted of 212 individuals who practice sports in these centers using the simple random method technique. In collecting the data, the personal information form developed by the researcher, the social appearance anxiety scale developed by Hart et al. (2008), the validity and reliability of Turkish was made by Doğan (2010), and the self-confidence scale developed by Akın (2007) and whose validity and reliability research was conducted were used. T-test, one way anova and simple linear regression analysis were used to analyze the data. As a result of the study, it was determined that the relationship and model between social appearance anxiety and self-confidence were significant. It has been determined that social appearance anxiety has a strong and negative effect on self-confidence (= -, 853). According to this result, as the social appearance anxiety of individuals who go to fitness centers increases, their self-confidence decreases significantly. In addition, a significant difference was found between social appearance anxiety and the reason for doing sports. Accordingly, it can be said that the competitive environment and individuals who like to compete have high social appearance concerns.

Keywords: Sports, Fitness Center, Social Appearance, Self-confidence, Anxiety

SB402

13-19 Yaş Futbolcularının Eurofit Test Bataryası Sonuçlarının Yaş Grupları Bakımından Karşılaştırılması

[1]Mihriay Musa, [1]Mehmet Bayansalduz , [1]Abdurrahman Kepoğlu, [1]Onur Başkurt, [1]Furkan Mert Akça , [1]İlker Besler, [1]Gökhan Ok

[1]Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, UŞAK

Email : *mihriay.musa@usak.edu.tr, mehmet.bayansalduz@usak.edu.tr, abdurrahman.kepoğlu@usak.edu.tr, onur-915@hotmail.com, furkanakça73@hotmail.com, ilkerbesler1616@gmail.com , 160205050@ogr.usak.edu.tr>*

Bu çalışmanın amacı, 13-19 yaş futbolcularının eurofit test bataryası sonuçlarının yaş grupları bakımından karşılaştırılmasıdır. Nicel araştırma desenlerinden deneysel modelin kullanıldığı araştırmanın evrenini, Uşak spor profesyonel futbol kulübünün altyapısında oynayan 13-19 yaş kategorisinde bulunan 70 sporcu, örneklemi ise 60 sporcudan oluşturmaktadır. Futbolculara 3 aylık antrenman programı(motorik özellik bileşenlerini içeren) uygulanmıştır. Antrenmanlar haftada 5 gün ve hafta sonu maç şeklinde devam etmiştir. Futbolcular araştırmaya katıldıkları ilk gün ön test değerleri alınmış ve üç aylık antrenman programı sonrasında son test ölçümleri alınmıştır. Futbolculara antropometrik ölçümler (boy, kilo, yaş) ve fiziksel performans ölçümleri için de (flamingo denge testi, disklere dokunuş testi, otur-eriş esneklik testi, durarak uzun atlama testi, 30 sn mekik çekme testi,, bükülü kol barfiks testi, mekik koşusu 20m ve 10 x 5 m koşu) testleri yapılmıştır. Katılımcıların ilk test ve son testlerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için paired samples t-testi, uygulanan testler ile futbolcuların yaşları arasındaki farklılığı belirlemek amacıyla da one way yapılmıştır. Analiz sonucunda mekik koşusu 20 m., durarak uzun atlama mesafesi, mekik çekme 30 sn sayısının daha fazla, 10x5 koşu testinin daha hızlı, disklere dokunma süreleri ve otur eriş esnekliğinin daha belirgin olduğu belirlenmiş ve bu farklılıklar istatiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Futbolculara uygulanan testler ile yaş değişkeni arasında, durarak uzun atlama, mekik koşusu 20m, mekik çekme 30sn., 10x5 koşu, disklere dokunuş ve otur eriş testi yönünden anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Sonuç olarak, 13-19 yaş futbolculara uygulanan 3 aylık antrenman sonucunda mekik koşusu 20 m., durarak uzun atlama, mekik çekme 30sn.,, 10x5m. koşu testinin futbolcuların kardiyorespiratuar dayanıklılık, patlayıcı kuvvet, gövde kuvveti, hız ve çeviklik, kol hareket hızı ve esnekliklerin gelişimine olumlu yönde katkı sağladığı, sporcuların denge, kol ve omuz kuvvetlerinde olumlu yönde gelişim sağlamadığı, ayrıca sporcuların yaşları ilerledikçe eurofit test bataryası testlerine yönelik başarılarının da arttığı söylenebilir.

Anahtar Kelime: Futbolcular, Eurofit Test Bataryası, Yaş grubu.

Comparison Of Eurofit Test Battery Results By Age Groups Of 13-19 Years Old Football Players

The aim of this study is to compare the Eurofit test battery results of football players aged 13-19 in terms of age groups. The universe of the study, in which the experimental model, one of the quantitative research designs, is used, consists of 70 athletes in the 13-19 age category playing in the infrastructure of the Uşak sports professional football club, and the sample consists of 60 athletes. A 3-month training program (including motoric property components) was applied to the players. The training sessions continued 5 days a week and on the weekend. The pre-test values were taken on the first day of the football players participated in the study, and the

post-test measurements were taken after the three-month training program. For anthropometric measurements (height, weight, age) and physical performance measurements (flamingo balance test, disc touch test, sit-reach flexibility test, standing long jump test, 30 sec shuttle pull test, twisted arm pull-up test, shuttle run 20m and 10 x 5m running tests were performed. Paired samples t-test was used to determine whether the participants differed according to their first and last tests, and one way was used to determine the difference between the tests performed and the ages of the players. As a result of the analysis, it was determined that the shuttle run was 20 m., The long jump distance by stopping, the number of shuttle pulling 30 seconds was higher, the 10x5 running test was faster, the time to touch the discs and the flexibility of sit and reach more pronounced, and these differences were statistically significant (p <0, 05). It was determined that there is a significant difference between the tests applied to the players and the age variable in terms of standing long jump, shuttle run 20m, shuttle run 30s, 10x5 running, touching discs and sit and reach test (p <0.05). As a result, as a result of the 3-month training applied to football players aged 13-19, the shuttle run was 20 m., Long jump by standing, 30 sec., 10x5m. The running test positively contributes to the development of the football players' cardiorespiratory endurance, explosive strength, body strength, speed and agility, arm movement speed and flexibility, does not improve the balance, arm and shoulder strength of the athletes, and the success of the athletes in the eurofit test battery tests as they get older It can be said that it has increased.

Keywords: Footballers, Eurofit Test Battery, Age group.

SB408

HAVALI SİLAH ATIŞ BRANŞINDA FAALİYET GÖSTEREN SPORCULARIN KALP HIZI DEĞİŞKENLİĞİNİN (KHD) ATIŞ PERFORMANSINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Fatih Yabaş

[1]Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, havalı tabanca sporcularının dinlenik durumdaki KHD değerlerine göre kuru tetik (puansız) ve müsabaka (puanlı) atışları sırasındaki Kalp Hızı Değişkenliğinde (KHD) görülen farklılıklar ve bu farkların atış performansı üzerine etkisi incelenmiştir. Çalışmaya Türkiye Atıcılık ve Avcılık Federasyonu bünyesindeki 4 amatör ve 4 elit seviyede olmak üzere toplamda 8 sporcu katılmıştır.

Yöntem: Her sporcu için sırasıyla 5 dakikalık dinlenik (oturur vaziyette), 20 kuru tetik ve 20 müsabaka atışı süresince KHD ölçümleri alınmıştır. Atış performansı ölçümü için uluslararası geçerliliği olan atış poligonu ve hedef sistemleri kullanılmıştır. KHD ölçümleri Polar H7 cihazı ile yapılmış, ölçümler Elite HRV programı ile kayıt altına alınmış, veriler Kubios HRV yazılımı ile rakamsal değerlere çevrilmiştir. Elde edilen tüm değerlerin istatistiksel olarak anlamlılığı IBM SPSS 25 programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Çalışmamızda sporcuların müsabaka puanları ile dinlenik KHD verileri arasında orta düzeyde negatif yönde korelasyon (r=-0,524) tespit edilmiştir. Çalışmanın henüz başında kayıt altına alınan 5 dakikalık dinlenik durumdaki KHD verilerinde amatör grubun daha yüksek KHD verilerine sahip olmasının, yapılan birçok çalışmada da ortaya konduğu gibi yaş, haftalık egzersiz süresi ve VKİ ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Sporcuların dinlenik durumdaki KHD değerleri ile kuru tetik ve müsabaka sürecinde alınan KHD değerlerin değişimi incelendiğinde, amatör ve elit sporcuların kuru tetik KHD değerlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir. Müsabaka atışlarına geçildiğinde amatör sporcuların KHD değerlerinde anlamlı fark tespit edilirken (p=0,020), elit sporcularda ise anlamlı fark görülmemiştir.

Sonuç: KHD verilerini olumsuz yönde etkileyecek kaygı ve stres ortamının kuru tetik atışları sürecinde oluşmadığı, müsabaka atışları sırasında rastlanan KHD değerlerindeki düşüşün ise puan kaygısı ve stres ortamından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Atış, Havalı Tabanca, Kalp Hızı Değişkenliği, Kuru Tetik

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF HEART RATE VARIABILITY (HRV) ON PERFORMANCE OF AIR SHOOTING ATHLETES

Introduction and Aim: In this study, the differences observed in the heart rate variability (HRV) of air pistol shooters during rest state, dry fire (pointless) state and competition (with points) shots state. Afterwards the effects of these differences on shooting performance were studied. A total of eight shooters participated in this study, of which four were amateur and four were elite level shooters in the Turkish Shooting and Hunting Federation. Method: For each shooter, HRV measurements were taken during a five-minute rest state (sitting), 20 dry fire state and 20 competition shots state. Internationally approved shooting range and target systems were used for shooting performance measurement. HRV data were collected with a Polar H7 device, and

measurements were recorded using the Elite HRV program. Data were converted to numerical values with Kubios HRV software and all values were analyzed with IBM SPSS 25.

Result: A moderate negative correlation (r = -0,524) was detected between shooting scores and HRV data. It is believed the higher HRV data recorded during the five-minute rest period at the beginning of the study is indicative of the amateur group's age, body mass index (BMI) and exercise duration immediately prior, as has been shown in many studies. When the rate of change between HRV values of shooters at rest state, participating in dry fire state and in competition state were analyzed, no significant difference was found in the dry fire HRV values of either amateur or elite shooters. During competition shots state, there was a significant difference in the HRV values of amateur shooters (p = 0,02) but there was no significant difference in that of elite shooters.

Conclusion: It is thought that the anxiety and stress situation that will adversely affect the HRV data do not occur during the dry fire, on the other hand the decrease in the HRV values encountered during the competition shots is due to the score anxiety and stress status. It is believed that elite athletes can manage this situation better than amateurs.

Key Words: Shooting, Air Pistol, Heart Rate Variability, Dry Fire.

SB420

ADÖLESAN VOLEYBOLCULARDA ZİHİNSEL DAYANIKLILIĞIN ÖN GÖRÜCÜLERİ: BİLİŞSEL ESNEKLİK VE ÖZ DİSİPLİN

[1]Ahmet DÖNMEZ, [2]Rıza BARAK, [1]Cengiz BAYKARA, [1]İlayda BARAK, [3]Sinem TOÇOĞLU

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Türkiye Voleybol Federasyonu, Erkek Milli Takımlar Departmanı Antrenörü
[3]Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı

Email : *ilayda18649613@gmail.com*

Amaç: Bu araştırmada zihinsel dayanıklılığın açıklanmasında bilişsel esneklik ve öz disiplinin rolünü incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma ilişkisel tarama modeliyle desenlenmiştir. Araştırmaya aktif olarak voleybol hayatına devam eden 178'i kadın, 243'ü erkek olmak üzere toplam 421 adölesan voleybolcu gönüllü katılım göstermiştir. Veriler "Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği", "Bilişsel Esneklik Ölçeği","Beş Faktör Kişilik Envanteri/Öz Disiplin Maddeleri" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak toplanmıştır. Elde edilen veriler betimsel istatistikler, pearson korelasyon ve regresyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir.

Bulgular: araştırma bulguları voleybolcuların zihinsel dayanıklılık puanları ile bilişsel esneklik puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde (p.<05), öz disiplin puanları ile (p.<05) pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ayrıca bilişsel esneklik ve öz diziplinin zihinsel dayanıklılığı pozitif yönde açıklayabildiği tespit edilmiştir (p.<05).

Sonuç: sonuç olarak adölesan voleybolcularda bilişsel esneklik ve öz disiplinin zihinsel dayanıklılık üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Adölesan voleybolcu, Zihinsel dayanıklılık, Bilişsel esneklik ölçeği, Öz disiplin.

THE PREDICTIONS OF MENTAL ENDURANCE IN ADOLESCENT VOLLEYBALL PLAYERS: COGNITIVE FLEXIBILITY AND CONSCIENTIOUSNESS

Purpose: This study aims to examine the role of cognitive resilience and conscientiousness in explaining mental flexibility.

Method: The research was figured with the correlational survey model. A total of 421 adolescent volleyball players, 178 women, and 243 men, who actively continue their volleyball life, participated in the study. Data were collected using the "Mental Flexibility Scale", "Cognitive Flexibility Scale", "Five Factor Personality Inventory/ Conscientiousness Items" and "Personal Information Form". The data obtained were analyzed using descriptive statistics, Pearson correlation, and regression analysis.

Findings: The findings of the study showed that there is a moderate positive (p. <05) relationship between the mental endurance scores and the cognitive flexibility scores of the volleyball players, and a moderately significant

positive correlation with the conscientiousness scores (p. <05). Besides, it was found that cognitive flexibility and conscientiousness could positively explain mental endurance (p. <05).

Conclusion: As a result, it has been shown that cognitive flexibility and conscientiousness have a positive effect on mental endurance in adolescent volleyball players.

Keywords: Adolescent volleyball player, Mental endurance, Cognitive Flexibility scale, conscientiousness

SB422

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]SİNAN BAKIR, [2]ÖMER ŞENEL, [3]HAYRİ AYDOĞAN

[1]Şehit Mustafa Arslan Ortaokulu, Yenimahalle, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE

Email : *snnbkr19@gmail.com, osenel@gazi.edu.tr, hayri.aydogan@erdogan.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Kişiliğin öznel yönü olan benlik kavramı, daha çok değerini "Benlik Saygısı" kavramı ile bulmaktadır. Benlik Saygısı; kişinin kendini olduğundan farklı görmeksizin kendisinden bir bütün olarak memnun olmasını, kendisini sevilmeye ve saygıya değer görmesini ve özgüvenini artıran pozitif bir ruh halidir. Profesyonel futbol seviyesine gelmiş sporcularda benlik saygısı kavramı önemli bir yer tutmakta; gerek saha içi gerekse saha dışı birçok zorlukla baş edebilmek, yeteneklerini, kendilerine ilişkin düşüncelerini ve farkındalıklarını geliştirmek için olumlu bir benlik saygısına ihtiyaç duymaktadırlar. Bu bağlamda çalışmamızın amacı, profesyonel futbolcuların benlik saygısı düzeylerinin demografik bazı değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Türkiye Futbol Federasyonunun 2018-2019 sezonundaki liglerinde oynayan 4000 civarı profesyonel futbolcusu çalışmamızın evrenini oluştururken, örneklemini ise Spor Toto Süper Ligi, Spor Toto 1. Ligi, TFF 2. Ligi ve TFF 3. Liglerindeki 33 profesyonel futbol kulübünün toplam 581 profesyonel Türk futbolcusu oluşturmaktadır. Çalışmada futbolculara, Turan ve Tufan (1987) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri" ve "Demografik Bilgi Formu" uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 20 lisanslı istatistik programından faydalanılmıştır.

Bulgular: Yapılan ANOVA testi sonuçlarına göre, profesyonel futbolcuların benlik saygısı düzeyleri ile oynadıkları lig kategorisi ($F(3\text{-}576)=5,545;p<0,05$) ve profesyonel oynama yılı değişkeni ($F(4\text{-}575)=2,599;p<0,05$) arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca eğitim durumu değişkeni bakımından yapılan ikinci derece TUKEY testine göre ilkokul (X=49,00+/-15,44) eğitim durumuna sahip futbolcuların benlik saygısı ortalamalarının hem lise (X=72,22+/-14,63) hem de üniversite (X=71,43+/-16,32) eğitim durumuna sahip olan futbolculardan daha düşük olduğu belirlenmiştir. Yapılan diğer analiz sonuçlarında ise benlik saygısı düzeyleri ile yaş, medeni durum, yıllık kazanç ve oynadığı mevkii değişkenleri bakımından anlamlı farklar görülmemiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, benlik saygısı kavramının profesyonel futbolcular için önemli bir olgu olduğu ve demografik açıdan değerlendirildiğinde; lig kategorisi, profesyonel oynama yılı ve eğitim durumu değişkenleri ile arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu; buna rağmen yaş, medeni durum, yıllık kazanç ve oynadığı mevkii değişkenleri bakımından ise anlamlı farklılıklar bulunamadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Benlik Saygısı, Futbol, Profesyonel.

Bu bildiri, YÖK dokümantasyon merkezindeki 10341587 referans numaralı, "Profesyonel Futbolcuların Benlik Saygıları ile Zihinsel Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli, Prof. Dr. Ömer ŞENEL danışmanlığındaki Sinan BAKIR'ın doktora tezinden üretilmiştir.

INVESTIGATING SELF-ESTEEM LEVELS OF PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS

Introduction-Purpose: Self-concept, which is the subjective aspect of personality, rather its value; it finds it with the concept of "Self-Esteem". Self- Esteem; it is a positive state of mind that increases the self-confidence and self-esteem of the person, without seeing himself as different. The concept of self-esteem has an important role for athletes who have reached the level of professional football and they need a constructive self-esteem to fight against difficulties, to discover their abilities, self-thoughts, and self-awareness both in and out of the field. In this context, the aim of our study is to examine the self-esteem levels of professional football players according to some demographic variables.

Method: While around 4.000 professional footballers playing in leagues of Football Federation of Turkey in the season of 2018-2019 were creating the population of our study, the sample was composed of 581 professional Turkish football players from 33 professional football clubs in Spor Toto Super League, Spor Toto 1st League, TFF 2nd League and TFF 3rd League. In the study, “Coopersmith Self-Esteem Inventory” and "Demographic Information Form" were applied to football players. SPSS 20 licensed program was used to analyze the data.

Results: According to the results of the ANOVA test, significant differences were observed between professional football players' self-esteem level, and the league category they played, and professional playing year variables. In addition, according to the second degree TUKEY test conducted in terms of educational status variable, the average of the self-esteem of the football players with primary school education status was found to be lower than football players with an education level both high school and university. In the other analysis results, there were no significant differences in terms of self-esteem levels and age, marital status, annual earning and position played variables.

Conclusion: As a conclusion, it was seen that self-esteem is an important fact for the professional football players and when it is analyzed demographically, there were significant difference between the league category they played, the professional playing year and education level variables. On the other hand, it was determined that there were no significant differences in terms of age, marital status, annual earnings and the position played.

Keywords: Self-Esteem, Football, Professional.

SB424

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN ZİHİNSEL DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN DEMOGRAFİK BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

[1]SİNAN BAKIR, [2]ÖMER ŞENEL, [3]HAYRİ AYDOĞAN

[1]Şehit Mustafa Arslan Ortaokulu, Yenimahalle, ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE

Email : *snnbkr19@gmail.com, osenel@gazi.edu.tr, hayri.aydogan@erdogan.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Futbol; bireylere zevk, doyum ve boş zamanları değerlendirme gibi imkanlar sunan, ayrıca bu imkanların yanında meslek olma özelliğini de içinde barındıran "Güzel Bir Oyun"dur. Günümüzde endüstri haline gelen futbol, boş zamanı değerlendirmek üzere yapılan etkinliklere karşın, bir meslek haline gelerek çok yüksek maddi ve manevi kazanç sağlayıcı bir duruma gelmiştir. Bu yüksek kazanç seviyesinin yakalanmasında ise zihinsel dayanıklılık özelliklerinin de önemli bir yeri vardır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, profesyonel futbolcuların zihinsel dayanıklılıklarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın evrenini, Türkiye Futbol Federasyonu'nun 2018-2019 sezonundaki liglerde oynayan 4000 civarı profesyonel futbolcusu oluştururken, örneklemini ise, Spor Toto Süper Ligi, Spor Toto 1. Ligi, TFF 2. Ligi ve TFF 3. Liglerindeki 33 profesyonel futbol kulübünün toplam 581 profesyonel Türk futbolcusu oluşturmaktadır. Çalışmada futbolculara 7 maddelik "Demografik Bilgi Formu" ve Sheard ve diğerleri tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Altıntaş tarafından yapılan "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" (Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14) uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 20 lisanslı istatistik programından faydalanılmıştır.

Bulgular: Yapılan MANOVA testi sonuçlarına göre, profesyonel futbolcuların zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile yaş, oynadıkları lig kategorisi (WilksL(λ)=,939; F(9,1399)=4,072; p<0,05) ve yıllık kazanç değişkeni arasında (WilksL(λ)=,016; F(12-1518)=1,885; p<0,05) anlamlı farklılıklar görülmüştür. Ayrıca eğitim durumu değişkeni bakımından (WilksL(λ)=,952; F(12,1518)=2,373; p>0,05) anlamlı bir sonuç çıkmamasına rağmen, ölçeğin üç faktöre ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile alt boyut bazında yapılan ANOVA testinde ise devamlılık alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir. Yapılan diğer analizlerde zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile medeni durum, profesyonel futbol oynama yılı ve oynadığı mevkii değişkenleri arasında anlamlı farklar görülmemiştir.

Sonuç: Profesyonel futbolcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin, demografik özelliklerinden; yaş, oynadıkları lig kategorisi, yıllık kazanç ve eğitim durumu değişkeni bakımından anlamlı bir şekilde farklılaştığı; buna rağmen medeni durum, profesyonel futbol oynama yılı ve oynadığı mevkii değişkenleri bakımından anlamlı farklılıklar bulunmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Profesyonel, Futbol, Zihinsel Dayanıklılık.

Bu bildiri, YÖK dokümantasyon merkezindeki 10341587 referans numaralı, "Profesyonel Futbolcuların Benlik Saygıları ile Zihinsel Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli, Prof. Dr. Ömer ŞENEL danışmanlığındaki Sinan BAKIR'ın doktora tezinden üretilmiştir.

INVESTIGATING MENTAL TOUGHNESS LEVELS OF PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS IN TERMS OF SOME DEMOGRAPHICAL VARIABLES

Introduction and Purpose: Football is a “Beautiful Game” that offers opportunities like pleasure, satisfaction and recreation to the individuals as well as being a profession. Besides football is being considered as a free time activity, it has turned into an industry today, and become a profession that provides high financial and moral gain. Mental endurance has an important place in catching these high gain levels. The aim of this study is to examine the mental toughness of professional football players according to some demographic variables.

Method: The population of the study consisted of 4000 professional football players who played in the leagues of Football Federation of Turkey 2018-2019 season. The sampling was composed of 581 professional Turkish football players from 33 professional football clubs in Spor Toto Super League, Spor Toto 1st League, TFF 2nd League and TFF 3rd League. "Demographic Information Form" and "Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14" which was developed by Sheard et al. and adapted to Turkish by Altıntaş were applied. SPSS 20 licensed program was used to analyze the data.

Results: According to the MANOVA results, significant differences were observed between mental toughness levels of professional football players and age, league category they played, and annual earnings variables. Although there was no significant difference in terms of educational status, a significant difference was found in the continuity sub-dimension in the ANOVA test performed with the mean and standard deviation values of the scale for three factors. In other analyzes, no significant differences were found between mental toughness levels and marital status, professional playing year and the position played variables.

Conclusion: The mental toughness levels of professional football players; significantly differentiated in terms of age, league category they played in, annual earnings and educational background variables; whereas, it was determined that there were no significant differences in terms of marital status, professional playing year and the position played.

Keywords: Professional, Football, Toughness.

SB427

FİZİKSEL AKTİVİTE YAPAN BİREYLERDE KÜLTÜREL ZEKA DÜZEYİ: SOSYAL MEDYA KULLANIM SÜRESİNE GÖRE BİR İNCELEME

[2]Nuray Deniz VURAL, [1]Baykal KARATAŞ, [3]Ahmet YIKILMAZ, [1]Mustafa VURAL

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu
[2]Sağlık Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Öğrencisi, Beden Eğitimi Ve Spor
[3]Iğdır Üniversitesi BBeden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

Email : *baykal3144@gmail.com, ndenizvurall@gmail.com, baykal3144@gmail.com, yikilmazahmet@gmail.com, mustafaavurall@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Kültürel zekâ, kültürleri daha iyi anlamak, diğer kültürlere sahip kişiler ile iletişim halinde olmak, daha fazla bilgi sahibi olmaktır. Sosyal medyanın da kullanımı kültürel farklılıkların izlenmesinde ve tanınmasında etkili olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda, bu araştırma fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal medya kullanımlarına dayalı olarak kültürel zekâ düzeylerinin ortaya çıkarılması amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada spor bilimleri alanında yaygın olarak kullanılan gözleme dayalı araştırma modeli olan tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu fitness, yüzme havuzu ve spor salonlarında fiziksel aktivite yapan 80 kadın 198 erkek toplamda 278 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada Ang vd 2007 tarafından geliştirilen İlhan ve Çetin 2014 tarafından Türkçe uyarlaması yapılan kültürel zekâ ölçeği kullanılmıştır. Analiz aşamasında verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ve Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. İkili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U Testi ve çoklu karşılaştırmalar için ise Kruskal-Wallis Varyans Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularında kültürel zekâ ölçeği ve alt boyutlarının (Üst biliş, Biliş, Motivasyon ve Davranış) sosyal medya kullanımına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Kültürel zeka ölçeği üst biliş, motivasyon ve davranış düzeyinde kültürel zeka seviyesi 4- 7 saat günlük soysal medya kullanan bireylerde diğer sosyal medya kullanım süresine sahip bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Biliş düzeyinde ise kültürel zekâ seviyesi 12 saat ve üzeri sosyal medya kullanan bireylerin diğer sosyal medya kullanım süresine sahip bireylerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Fiziksel aktivite yapan bireylerin kültürel zekâ düzeylerini belirlemede sosyal medya kullanım süreleri etkili olmuştur. Kültürel zekâ düzeyi soysal medya kullanımı ile geliştirilebilir diyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Kültürel Zekâ, Spor, Fiziksel Aktivite

Cultural Intelligence Level In Physical Activity Individuals: A Review By Social Media Usage Duration

Introduction and purpose: Cultural intelligence is to better understand cultures, to be in contact with people of other cultures, to have more knowledge. The use of social media is known to be effective in monitoring and recognizing cultural differences. In this context, this research was conducted to reveal the cultural intelligence levels of individuals who do physical activity based on their use of social media.

Method: In the research, the scanning model, which is an observational research model widely used in the field of sports sciences, was used. The sample group of the research consists of a total of 278 people, 80 females and 198 males engaged in physical activity in fitness, swimming pool and gyms. n the study, cultural intelligence scale developed by Ang et al 2007 and adapted to Turkish by İlhan and Çetin 2014 was used. In the analysis phase, whether the data showed normal distribution was tested by Kolmogorov-Smirnov test and Shapiro- Wilk test. Mann-Whitney U Test was used for paired comparisons and Kruskal-Wallis Variance Analysis for multiple comparisons.

Results: In the research findings, it was determined that the cultural intelligence scale and its sub-dimensions (Metacognition, Cognition, Motivation and Behavior) differ significantly according to the use of social media. It was observed that the cultural intelligence scale, at the level of metacognition, motivation, and behavior, was higher in individuals using social media for 4-7 hours daily compared to individuals with other social media usage time. At the cognitive level, it has been determined that individuals who use social media for 12 hours or more have higher levels of cultural intelligence than individuals with other social media usage time.

Conclusion: The duration of social media usage has been effective in determining the cultural intelligence levels of individuals engaged in physical activity. We can say that cultural intelligence can be developed with the use of social media.

Keywords: Cultural Intelligence, Sports Physical Activity

SB428

RAGBİ OYUNCULARINDA ZİHİNSEL DAYANIKLILIK, ÖZ-YETERLİK VE KENDİNE GÜVEN DÜZEYLERİ

[1]Melike ŞAHAN, [2]Serdar KOCAEKŞİ, [2]Umut SEZER

[1]Anadolu Üniversitesi, ESKİŞEHİR
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, ESKİŞEHİR

Email : *melikesahan@hotmail.com, skocaeksi@eskisehir.edu.tr, umutsezer@eskisehir.edu.tr*

Giriş: Sporda performansı etkileyen fiziksel özelliklerin ve antrenmanların yanı sıra, zihinsel, duygusal ve kişilik faktörleri sporda başarılı olmanın psikolojik şartlarıdır. Spor psikolojisinin ilgi alanı, hareketin fiziksel dış formundan ziyade, başarılı performansın oluşmasında yaşanılan içsel süreçlerin etkileridir. Spor ortamında bu içsel süreçlerin ve yapılarının önemli olduğu spor branşlarından birisi de Ragbidir. Tüm spor branşlarında olduğu gibi fiziksel durumun yanı sıra psikolojik durumun ve zihinsel dayanıklılık gibi faktörlerin de performansa etki ettiği bilinmektedir. Bu açıdan bakıldığında zihinsel dayanıklılık, öz-yeterlik ve kendine güven parametreleri, sporcunun performansında önemli etkilere sahip olabilmektedir.

Amaç: Bu çalışmanın amacı, ragbi oyuncularında zihinsel dayanıklılık, öz-yeterlik ve kendine güven ilişki ve süreçlerini bazı değişkenler açısından değerlendirmektir.

Yöntem: Araştırma 2018-2019 sezonu Türkiye Ragbi Federasyonu'na bağlı olan 1. ve 2. Lig'deki Kadınlar ve Erkekler Yedili ve On Beşli Ragbi Takımlarında oynayan, toplam 81 ragbi oyuncusu ile yapılmıştır. Katılımcılara Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri, Öz-Yeterlik Ölçeği ve Sportif Kendine Güven Envanteri uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; betimleyici istatistikler, bağımsız gruplar için t- testi, bağımsız gruplar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve korelasyon analizleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularına göre, cinsiyetler açısından zihinsel dayanıklılık, öz yeterlik ve sportif kendine güven boyutlarında fark yoktur ($p>0.05$). Milli olma durumlarına göre bakıldığında ise zihinsel dayanıklılık ve öz yeterlik puanlarında anlamlı fark ($p<.05$) var iken sportif kendine güven boyutunda fark yoktur ($p>0.05$). Eğitim düzeyleri değişkenine göre zihinsel dayanıklılık, öz yeterlik ve sportif kendine güven boyutlarında fark yoktur ($p>0.05$).Ailelerinde lisanslı sporcu bulunması durumu değişkenine göre zihinsel dayanıklılık, öz yeterlik ve sportif kendine güven boyutlarında fark yoktur ($p>0.05$). Zihinsel dayanıklılığın devam boyutu ile öz yeterlik ve sportif kendine güven boyutları arasında anlamlı pozitif korelasyon vardır ($p<.05$).

Sonuç: Ragbi oyuncularında; Zihinsel dayanıklılık, öz yeterlik ve sportif kendine güven düzeyleri bazı değişkenler açısından farklı olabilmektedir. Bunun yanında bu değişkenler arasında anlamlı pozitif ilişkiler söz konusudur.

THE LEVEL OF MENTAL TOUGHNESS, SELF-EFFİCACY AND SPORTS SELF-CONFİDENCE İN RUGBY PLAYERS

Introduction: In addition to physical characteristics and training that affect performance in sports, mental, emotional and personality factors are the psychological conditions of being successful in sports. The area of interest of sports psychology is the effects of the internal processes experienced in the formation of successful performance, rather than the physical external form of movement. Rugby is one of the sports branches where

action structures in the inner world are important. As in all sports branches, it is known that factors such as psychological state and mental toughness, as well as physical condition, affect performance. From this point of view, mental toughness, self-efficacy and self-confidence parameters can have important effects on the performance of the athlete.

Objective: The aim of this study is to evaluate the relationships and processes of mental toughness, self-efficacy and self-confidence in rugby players in terms of some variables.

Methods: The Research has been made on 2018-2019 season in Division 1&2 men and women 7's and 15's Rugby League teams with a total of 81 rugby players which are affiliated to Turkish Rugby Federation. Participants Mental Toughness Inventory in Sports (developed by Sheard et al., 2009 and adapted to Turkish by Altıntaş (2015)), Self-Efficacy Scale (developed by Riggs et al, and adapted to Turkish by Öcel) and Sportif Self-Confidence Inventory (developed by Vealey, 1986 and adapted to Turkish by M. Engür, S. Tok and A. Tatar (2006)) was applied. In evaluating the data; Descriptive statistics, t-test for independent groups, one-way analysis of variance (ANOVA) and correlation analysis for independent groups were used.

Results: According to the research findings, there is no difference in terms of mental toughness, self-efficacy and sports self-confidence in terms of gender ($p > 0.05$). Considering the nationality status, there is a significant difference in mental toughness and self-efficacy scores ($p < .05$), while there is no difference in sports self-confidence dimension ($p > 0.05$). There is no difference in mental toughness, self-efficacy and sports self-confidence dimensions according to education level variable ($p > 0.05$). There is no difference in mental toughness, self- efficacy and sports self-confidence dimensions according to the variable of having licensed athletes in their families ($p > 0.05$). There is a significant positive correlation between the attendance dimension of mental toughness and the dimensions of self-efficacy and sports self- confidence ($p < .05$).

Conclusion: In rugby players; The levels of mental toughness, self-efficacy and sports self-confidence may differ in terms of some variables. Besides, there are significant positive relationships between these variables.

SB429

KICK BOKSCULARDA COMT GENİNDE Rs4680 POLİMORFİZMİNİN SPOR PERFORMANSI VE PSİKOLOJİSİ ÜZERİNE ETKİSİ

[1]Çisem Şılar, [1]Çisem ŞILAR, [2]Aysun SAVCI, [1]Özlem Özge YILMAZ, [1]Tolga POLAT, [1]Başak Funda EKEN, [3]Canan SERCAN DOĞAN, [1]Korkut ULUCAN

[1]Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye
[2]Üsküdar Üniversitesi Mühendislik Ve Doğa Bilimleri Fakültesi Moleküler Biyoloji Ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye
[3]Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik Ve Moleküler Tanı Laboratuvarı

Email : *cisemsilar@gmail.com, cisemsilar@gmail.com*

Amaç: Nörotransmiterlerin, depresyon, anksiyete, obsesyon, kompulsiyon ve bağımlılık gibi bulgu ve sendromlarda rol oynamaktadır. Sporcuların psikolojik özellikleri atletik performansını büyük ölçüde etkilemektedir. Katekol-O-Metiltransferaz (COMT) geninin rs4680 polimorfizmi dopamin metabolizmasında aktif rol oynamaktadır ve atletik performansın belirlenmesinde önemli bir genetik belirteçtir. COMT geni 22q11.2'de lokalizedir ve bu genin ürünü olan COMT enzimi dopamin, noradrenalin ve adrenalin gibi katekolamin moleküllerinin metabolizmasında görev almaktadır. 12 kick boks sporcusu üzerinde yaptığımız çalışmada atletik performansın ve mental durumun geliştirilmesinde önemli rol oynayan COMT geninin rs4680 polimorfizmini analiz etmeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 12 profesyonel kick boks sporcusu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan svap örneklerinden DNA izolasyonu; COMT genotiplemeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Yapılan COMT analizinde 12 kişilik kick boks sporcu grubunun 3'ü (%25) AA, 4'i (%33.3) AG, 5'i (%41.7) GG genotipinde olduğu belirlenmiştir. Allel dağılımları incelendiğinde A allelinin %41.7 oranında, G allelinin ise %58.3 oranında olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Çalışma kohortumuzda COMT polimorfizminde G allelinin baskın olduğu saptanmıştır. COMT genindeki "G" allelinin sporcularda yüksek COMT enzimatik aktivitesi, düşük dopamin seviyeleri ve stres seviyeleri ile ilişkili olduğunu düşünmekteyiz. Aynı zamanda COMT genindeki polimorfizmilerin sporcu performansı ve psikolojisi üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelime: Spor, Genetik, Polimorfizm, COMT, Kick boks

Distribution Of COMT Gene Rs4680 Polymorphism In Professionals Kickboxers

Aim: Neurotransmitters play a role in finding and syndromes such as depression, anxiety, obsession, compulsion, and addiction. The psychological characteristics of athletes do not greatly affect the athlete. COMT rs4680 polymorphism plays an active role in dopamine metabolism and is an important genetic marker in determining athletic performance. COMT gene is localized in 22q11.2 and the enzyme that is the product of this gene is

involved in the metabolism of catecholamine molecules such as dopamine, noradrenaline and adrenaline. We aimed to analyze the rs4680 polymorphism of the Catechol-O-Methyltransferase (COMT) gene, which plays an important role in the formation and development of athletic performance on 12 kickboxers.

Methods:12 professional kickboxers participated in our study. DNA isolation from swab samples collected by signing consent forms; Real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol was used for COMT genotypes.

Results: In COMT analysis, it was determined that 3 (25%) of the 12-person kickboxer group were AA, 4 (33.3%) AG, 5 (41.7%) GG genotype. When allele distributions were examined, it was determined that the A Allele was 41.7% and the G Allele was 58.3%.

Conclusions: In our study cohort, the G allele was found to be dominant in COMT polymorphism. We think that the "G" allele in the COMT gene is associated with high COMT enzymatic activity, low dopamine levels and stress levels in athletes. At the same time, more studies with athletes from different branches are needed to reveal the effect of polymorphisms in the COMT gene on athlete performance and psychology.

Keywords: Sports, Genetics, Polymorphism, COMT, kickboxer

SB432

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENİ ADAYLARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ (KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

[2]Hüsniye UĞURLUCİNGER, [2]Elif KARAGÜN, [1]Sabit SELVİ

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/Kocaeli
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Kocaeli

Email : *, elif.karagun@gmail.com, sabitselvi@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Düzenli yapılan egzersizin seratonin salgılatması sonucunda rahatlama sağlandığından saldırganlığın giderilmesinde önemli görülmüştür. Bu açıdan gelecekte ebeveyn, meslek insanı olacak çocuk ve gençlere sporu sevdirmede ve alışkanlık edinmelerinde işlevi olan beden eğitimi ve spor dersini yürütecek beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleki uygulamaya girmeden saldırganlık düzeyleri merak edilmiştir. Bu açıdan Kocaeli üniversitesi beden eğitimi öğretmeni adaylarının saldırganlık düzeyleri belirlenmek istenmiştir. Belirlenen saldırganlığın; yaş, cinsiyet, aile eğitim, spor ve gelir durumlarına göre değişip değişmediği de analiz edilmiştir.

Yöntem: Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığından gerekli izinler alındıktan sonra Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü 2. 3. ve 4. Sınıfta okuyan 300 öğrenci evreninden basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak araştırma amacı açıklandığında gönüllü katılım sağlayan 37 kadın 43 erkek olmak üzere toplam 80 gönüllü öğretmen adayından oluşmuştur. Gönüllü katılımcılara Buss ve Peryy (1992) tarafından geliştirilen, ve Türkiye için geçerlik çalışması Kılcıgil (2002) tarafından yapılan saldırganlık 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: Saldırganlık düzeyi tüm değişkenler açısında anlamlı bir sonuç göstermezken, puan ortalamaları açısından; kadınlarda, erkek öğretmen adaylarına göre daha yüksek, yaş açısından ise 21-23 yaş aralığındaki grubun saldırganlık düzeyinin, diğer yaş aralığındaki gruplara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak, Saldırganlık düzeyinin demografik değişlenler ve ölçek soruları dağılımında çok belirgin anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır.

Determining Aggression Levels Of Physical Education And Sports Teacher Candidates (Kocaeli University Case)

Introduction and Objective: Since there occurs relaxation because of serotonin arising from regular exercises, regular exercises are accepted as important in eliminating aggression. When viewed from this aspect, it is wondered about aggression levels of physical education and sports teacher candidates who will conduct physical education and sports lesson that functions in loving and falling into sports habit for the youth and children who will be parent, careerist in the future. So, it was desired to determine the aggression levels of physical education and sports teacher candidates at Kocaeli University. It was also analyzed whether determined aggression varies by age, gender, family, educational background, and income status.

Method: After required permissions were received from Kocaeli University Faculty of Sport Sciences Deanship, this survey that was performed by simple random sampling method consists of 80 (37 females, 43 males)

volunteer teacher candidates from entirely 200 students who study at 2nd, 3rd, and 4th classes in physical education and sports teaching. Related voluntary participators were applied aggression scale that was developed by Buss and Peryy (1992) and whose validity study was performed for Turkey by Kılcıgil (2002). Data were evaluated by SPSS 20.00 packaged software; since they display normal distribution, t-test, and one-way analysis of variance (ANOVA) from parametric tests were utilized for independent groups.

Findings: Aggression level has not a significant result for all the variables while females candidates have higher aggression levels compared to the male teacher candidates. Moreover, the aggression level in the 21-23 age range is higher than the aggression level in other age ranges.

Conclusion: In conclusion, there are no so significant differences in demographic variables and distribution of scale questions in terms of aggression level.

SB433

SERBEST ZAMAN AKTİVİTELERİNİ YÜRÜTEN EĞİTMENLERİN TÜKENMİŞLİK DÜZEYİ (İZMİT İLÇE ÖRNEĞİ)

[2]Hazel DURMAZ, [2]Elif KARAGÜN, [1]Sabit SELVİ

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/Kocaeli
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Kocaeli

Email : *, elif.karagun@gmail.com, sabitselvi@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Toplumda insanlar günlük yaşam stresleri içerisinde iyi hissetmek için serbest zaman etkinliklerine katılmaktadırlar. Serbest zamanın verimli değerlendirilmesi amacıyla açılan kurslarda eğitim veren bireylerin beklenen hizmeti sunmaları açısından tükenme duygusu önem kazanmaktadır. Bu açıdan serbest zaman değerlendirmesi amacıyla hizmet veren kurslarda çalışan eğitmenlerin tükenmişlik duyguları belirlenmek istenmiştir. Belirlenen tükenmişlik duygusunun da; cinsiyet, yaş, medeni durum, toplam gelir, eğitmenlik yılı açısından değişip değişmediği de incelenmiştir .

Yöntem: Kocaeli İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alındıktan sonra İzmit İlçe Halk Eğitim Merkezinde görevli 60 eğitmen evreninden tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılarak araştırma amacı açıklandığında gönüllü katılım sağlayan 30 Kadın 18 erkek olmak üzere toplam 48 gönüllü eğitmene Pines ve Aronson (1988) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Çapri(2006) tarafından yapılan tükenmişlik 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: Tükenmişlik düzeyi tüm değişkenler açısından anlamlı bir sonuç göstermezken, puan ortalamaları açısından; erkeklerde kadın eğitmenlere göre daha yüksek tükenmişlik düzeyi olduğu, toplam geliri 1001-1500 arasında olanların tükenmişlik düzeyi diğer gelir gruplarına göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Sonuç: Anlamlı sonuç bulunmasa da toplam gelir düzeyi ve hizmet yılı azaldıkça tükenmişlik puan ortalamasının arttığı görülmüştür.

Burnout Level Of Trainers Conduct Leisure (İzmit District Case)

Introduction and Objective: People in society participate in leisure to feel themselves good within daily life stress. The feeling of burnout comes into prominence in terms of individuals to provide desired services in courses for using free time efficiently. It was asked to determine the feeling of burnout of trainers who work in related courses. We also analyzed whether the feeling of burnout varies by gender, age, marital status, total income, coaching experience.

Method: After required permissions were received from Kocaeli Provincial Directorate of National Education for this study that was performed by random sampling method, entirely 48 (30 females, 18 males) trainers from 60 trainers work in İzmit District Public Education Center were applied burnout scale whose Turkish reliability and validity study was performed by Çapri (2006) and that was also developed by Pines and Aronson (1988). Data were evaluated by SPSS 20.00 packaged software; since they display normal distribution, t-test, and one-way analysis of variance (ANOVA) from parametric tests were utilized for independent groups.

Findings: The level of burnout has not a significant result for all the variables while the level of burnout is higher in males compared to females. The level of burnout is higher in individuals whose total income is between 1001 TL-1500 TL compared to other income groups.

Conclusion: Much as there is no significant result, the point average of burnout increases as the total income level and years of experience decrease.

SB439

PROFESYONEL FUTBOLCULARIN TAKIM SARGINLIĞI VE NARSİSİZM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Onur Akyüz, [1]Buse Sulu, [1]Erdem Çakaloğlu, [1]Perican Bayar

[1]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *onurakyuz1986@gmail.com, buseesuluu@gmail.com, erdemcakaloglu@gmail.com, pbayar@ankara.edu.tr*

Amaç: Bir grubun, araçsal hedeflerinin peşinde birleşme ve birlik olarak kalmasına veya grup üyelerinin duygusal ihtiyaçlarının tatmin edilmesine yönelik eğilimleri yansıtan dinamik sürece sargınlık diyoruz. Narsisizm ise; bireyin kendi vücuduna ve yeteneklerine aşırı derecede hayran olmasıdır. Dolayısıyla grupların temelini kişilerin oluşturduğu düşünüldüğünde sargınlık ile narsisizm arasındaki ilişki çok yakın olmakla birlikte, alan yazında bu konuyla ilgili çok az sayıda çalışma yapıldığı görülmüştür. Bu araştırmada, Türkiye profesyonel futbol liglerinde oynayan sporcuların takım sargınlığı ile narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya en az 3 yıldır aktif futbol branşında yer alan 103 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Widmayer ve Brawyer (1985) tarafından geliştirilen ve Aydın ve Öcel (2006) tarafından Türkçeye uyarlanan 'Grup Sargınlığı Ölçeği' ve Ames ve ark. (2005) tarafından geliştirilen ve Saim Atay (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan 'Narsistik Kişilik Envanteri' kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler ve Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Takım sargınlığı ile narsisizm düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>.05$). Takım sargınlığının, grubun görevde bütünleşmesi, grubun sosyalde bütünleşmesi, grubun sosyal açıdan çekicilik düzeyi ve grubun yaptığı görevi çekici bulma düzeyleri alt boyutları ile narsisizmin, üstünlük, sömürücülük, otorite, kendine yeterlik, hak iddia etme ve teşhircilik alt boyutları arasında herhangi bir ilişkiye de rastlanmamıştır ($p>.05$).

Sonuç: Yapılan çalışmada profesyonel futbolcuların takım sargınlığı ile narsisizm düzeyleri arasında ilişki olmadığı gözlenmektedir. Fakat araştırma grubu takım sargınlığı ve narsisizmin düzeyine yönelik olarak araştırmanın genişletilmesinde yarar olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelime: Futbol, Narsisizm, Takım Sargınlığı

Examining The Relationship Between Team Cohesion And Narcissism Levels Of Professional Football Players

Aim: Cohesion; It is a dynamic process that reflects the tendencies of a group to stay united and united in pursuit of its instrumental goals or to satisfy the emotional needs of group members. Narcissism is; excessive admiration for one's own body and abilities. Therefore, considering that individuals constitute the basis of the groups, although the relationship between cohesion and narcissism is very close, it has been observed thet there are very few studies on this subject in the literatüre. In this study, we aimed athletes who play in Turkish professional football league is to reveal the relationship between team cohession and narcissism level.

Methods: 103 soccer players, who have been active in the soccer branch for at least 3 years, voluntarily participated in the study. In order to obtain the findings in the study, developed by Widmeyer et al. (1985) and adapted to Turkish Aydın and Öcel (2006), 'Team Cohesion in Team' inventory and developed by Dr.Ames (2005) and adapted to Turkish Saim Atay (2009) 'Narcissistic Personality Inventory' was used. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson Product Moments Correlation.

Results: There was no significant relationship between team cohesion and narcissism levels (p> .05).There was no significant relationship was found between team cohesion and narcissism levels and sub-dimensions (p> .05). There was no relationship was found between the sub-scales of team cohesion, individual attraction to group social, individual attraction to group task, group integration-social, group integration-task and sub-scales of narcissism, superiority, authority, pretension, self-sufficiency, claiming rights and exhibitionism (p>.05).

Conclusions: In the study, it is observed that there is no relationship between team cohesion and narcissism levels of professional soccer players. However, the research group found that it would be useful to evpand the researc into the level of team cohesion and narcissism.

Keywords: Soccer, Narcissism, Team Cohesion

SB441

ADÖLESAN SPORCULARIN DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ahmet Gökhan Dündar*, [2]Meryem Karaaziz, [1]Gizem Aytaç, [1]Aydın Balcı, [1]Tuğba Kocahan**

[1]T.C. Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Ankara
[2]KKTC Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa

***Email :** ahmet.dundar@gsb.gov.tr, meryem.karaaziz@neu.edu.tr, gizem.aytac@gsb.gov.tr, aydin.balci@gsb.gov.tr, tugba.kocahan@gsb.gov.tr*

Giriş: Depresyon, üzüntülü, bunaltılı bir duygu durum, olumsuz düşünceler, karamsarlık, isteksizlik duygu ve düşüncelerini içeren bir hastalıktır. Anksiyete; sebebi bilinmeyen, belirsiz, içten gelen, sıkıntı, kaygı, korku, kötü bir şeyin olacağını düşünme duygusudur. Stres; insanların fiziksel veya psikolojik bakımdan tehlike olarak algıladıkları olaylar karşısında gösterdikleri tepkilerdir. Sporcuların ruh sağlığıyla ilgili değişkenlerin, hem genel yaşam kalitelerine hem de spor performanslarını etkilediği bilinmektedir. Çalışmanın amacı Iadölesan Isporcularda depresyon, anksiyete ve Istres düzeyleri ile bunların cinsiyet, yaş, spor branşları, branşa başlama yaşı ve psikolojik destek geçmişi ile ilişkilerini ölçmektir.

Yöntem: Araştırmaya T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı'nda farklı branşlarda spor yapan 266 adölesan milli sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı "Kişisel Bilgi Formu" ve "Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Grupların karşılaştırmasında ANOVA testi ve anlamlı farkın kaynağının belirlenmesi amacıyla Bonferroni testi istatiksel olarak kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanıldı. Bulgular: Depresyon puanın branşlar arasında farklı olduğu tespit edilmiştir. Yüzme, atletizm, halter branşlarında yüksek; kano, triatlon ve kayak branşlarında ise düşük olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Anksiyete puanın branşlar arasında farklı olduğu tespit edilmiştir. Yüzme, atletizm, halter, eskrim branşlarında yüksek; kano, triatlon ve kayak branşlarında ise düşük bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca anksiyete puanlarının spora başlama yaşına göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p<0,05$) Stres puanları arasında branşlara göre anlamlı bir farklı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tartışma ve Sonuç: Depresyon ve anksiyete puanlarının branşa göre ayrıca anksiyete puanın spora başlama yaşında göre farklılıklar gösterdiği görülmüştür. Branşa özgü psikolojik destek ihtiyaçlarının belirlenmesi ve sporcu sağlığı ve performansını geliştirilmesi için daha detaylı prospektif çalışmalara ihtiyaç olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

INVESTIGATION OF DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS LEVELS OF ADOLESCENT ATHLETES

Introduction: Depression is a disease that includes feelings and thoughts of a sad, anxious mood, negative thoughts, pessimism, reluctance. Anxiety; It is the feeling of unknown reason, uncertain, sincere, distress, anxiety, fear, thinking that something bad will happen. Stress; reactions to events are perceived as a threat to people's physical or psychological care. It is known that the variables related to the mental health of athletes affect both their general quality of life and their sports performance. The aim of the study is to measure the levels of depression, anxiety and stress in Iadolescent athletes and their relationships with gender, age, sports branches, starting age and psychological support history.

Method: 266 adolescent national athletes who play sports in different branches participated in the Health Affairs Department of the Turkish Repuclic Ministry of Youth and Sports. Data collection tool "Personal Information Form" and "Depression, Anxiety and Stress Scale" were used. The ANOVA test and the Bonferroni test were used statistically to determine the source of the significant difference in the comparison of the groups. SPSS 20.0 statistics package program was used for statistical analysis of the data.

Results: Depression score was found to be different between branches. High in swimming, athletics, weightlifting; It was found to be low in canoe, triathlon and ski branches ($p < 0.05$). It has been determined that the anxiety score is different between the branches. High in swimming, athletics, weightlifting, fencing; It was low in canoe, triathlon and skiing branches ($p < 0.05$). In addition, it was determined that anxiety scores differ according to the age of starting sports ($p < 0.05$). No significant difference was found between stress scores according to branches ($p > 0.05$).

SB444

DUYGUSAL ZEKA, MUTLULUK VE SPOR CESARETİ

[1]Erkut Konter

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir

Amaç: Spor cesaretiyle ilişkili olarak duygusal zeka ve mutlulukla ilgili sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı; oyun tercihi, spor katılımı ve seçili bazı değişkenlere göre duygusal zeka, mutluluk ve spor cesaretinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Veriler, yaşları 16-28 arasında değişen okul takımlarında ve kulüplerde spora katılmış 174 kişiden toplanmıştır (M=21.50 ± 2.31, 56 erkek ve 117 kadın, 1 cevapsız). Katılımcılara psikometrik özellikleri iyi düzeyde olan Spor Cesaret Öçeği-SCÖ-31 (Yetkinlik-YT, Kararlılık-KR, Atılganlık-AT, Tehlikeyi Göze Alma/Korkuyla Baş Etme-KB ve Kendini Feda Etme/Özverili Olma-OÖ), IPIP-Duygusal Zeka Testi Toplam-IPIP-DZT, Kısa Depresyon Mutluluk Ölçeği-DMÖ-KF, Kısa Form Oxford Mutluluk Ölçeği-OMÖ-K ve Türkçe'ye Uyarlanmış Öznel Mutluluk Ölçeği-ÖMÖ, kişisel bilgi formu ile birlikte uygulanmıştır. Toplanan veriler; normallik testleri, Spearman korelasyon testi, Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U Testleri ve Logistik Regresyon ile analiz edilmiştir.

Bulgular: 1) Spearman korelasyon analizleri SCÖ-31 ile IPIP-DZT, DMÖ-K, OMÖ-K, ÖMÖ, Motor Alan Başarı Algısı ve Vücut Kitle İndeksi (sadece ÖO) arasında anlamlı düzeyde, düşükten ortaya doğru olumlu korelasyonlar ortaya koydu. 2-Analizlerr, SCÖ-31 Toplam puanı yüksek düzeyde olan erkeklerin; düşük düzeyde olan erkekler ve kadınlardan ve yüksek düzeyde olan kadınlardan, daha yüksek IPIP-EIT, DMÖ-K, OMÖ-K ve ÖMÖ puanına sahip olduklarını gösterdi. 3-Analizler, genel olarak, işbirlikli araçlarla-yarışmacı sonuçların olduğu oyunları tercih edenlerin, kişisel olarak yarışmacı araçlarla-yarışmacı sonuçların olduğu oyunları tercih edenlerden ve kişisel olarak ne işbirliği ne de yarışmanın olmadığı oyunları tercih edenlerden, daha yüksek KR, AT, KB, OÖ, SCÖ-31 Toplam, IPIP-DZÖ, DMÖ-K, OMÖ-K and ÖMÖ puanına sahip olduklarını ortaya koydu.

Sonuç: Sonuçlar duygusal zeka, mutluluk ve birçok bağımsız değişkenler açısından (örneğin; oyun tercihi, spor katılımı, dominant olan el ayak tercihleri, okul öncesi eğitim alma, içe-dışa dönük olma algısı, işitme bozukluğu, dikkat eksikliği hiper aktivite tanısı, kemik kırılması yaşama, sınıfta kalma, motor alanda başarı algısı) spor cesaretinin önemli olduğu göstermektedir. Ancak, daha kesin sonuçlar için farklı durumsal ve kişisel değişkenleri de dikkate alan araştırmalara gereksinim vardır.

Emotional Intelligence, Happiness And Sport Courage

Objective: There is limited research in sport courage regarding emotional intelligence and happiness. Therefore, the purpose of this study was to research emotional intelligence, happiness and sport courage in relation to game preference, sport participation and selected variables.

Method: Data were collected from 174 participants involved various sports representing their school teams aged 16 to 29 (M=21.50 ± 2.31, 56 male and 117 female, 1 unstated). Participants were administered reliable and validated scales: Sport Courage Scale-SCS-31 (Mastery- MT, Determination-DT, Assertiveness-AT, Venturesome-VS and Sacrifice Behavior-SB), IPIP-Emotional Intelligence Test-IPIP-EIT, Short Depression Happiness Scale-SDHS, Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire-OHQ-SF and Turkish Subjective Happiness Scale-TSHS along with the personal information form. Collected data was analyzed by data normality analyses, Spearman correlations, Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U tests and Logistic Regression. Results: 1)

Spearman analyses revealed significant, low to moderate correlations between SCS-31 and IPIP-EIT Total, SDHS, OHQ-SF, TSHS, Perception of Success in Motor Domain, Body Mass Index (only SB). 2-Males with high points SCS-31 Total have higher scores of IPIP-EIT Total, SDHS, OHQ-SF and TSHS than male low, female low and female high points of SCS-31 Total. 3-In general, participants with the game preference of cooperative means-competitive ends and cooperative means-cooperative ends have higher points of DT, AT, VS, SB, SCS-31 Total, IPIP-EIT Total, SDHS, OHQ-SF and TSHS than participants with the game preference of individual competitive means-competitive ends and individual games with no cooperation-no competition.

Conclusion: Results showed that courage seems to be important related to emotional intelligence and happiness including various independent variables (games preference, sport participation, dominance limbs, pre-school education, introvert-extravert perception of personality, hearing disorder, Attentional Deficit and Hyper Activity Disorder, having broken bone past, failure the class, success perception in motor domain. However, more research is needed with different situational and individual variables for further conclusions.

SB445

AKARSU KANO SPORCULARININ PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK SEVİYELERİNİN BELİRLENMESİ

[2]HAYRİ AYDOĞAN, [3]EMİN ÖZDEMİR, [1]ESRANUR TERZİ, [4]ORHAN TURAN EMNİYET

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, RİZE
[2]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE
[3]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri ABD, ANKARA
[4]Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü, RİZE

Email : *hayriaydogan@hotmail.com, eminozdemir61@gmail.com, esranurtrzi@hotmail.com, turanemniyet@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Psikolojik dayanıklılık genel olarak bir başarı veya uyum sağlama süreci olarak ifade edilir. Sporda başarının yakalanabilmesi için sporcunun potansiyelini en üst seviyede kullanabilmesi gerekmektedir. Bu potansiyelin ortaya çıkışını olumlu ya da olumsuz olarak etkileyen birçok faktör (maçın önemi, seyirci baskısı, yaralanma korkusu vs.) bulunmaktadır. Sporcular performanslarını etkileyen faktörlerle başa çıkabilmesi için psikolojik iyi oluşlarının sağlam olması, karşılaşacağı sorunlarda kendine güvenerek başarının ve başarısızlığın kendi elinde olduğunu kabul etmesi ve kendini telkin etmesi gerekir. Bu nedenle sporcuların psikolojik dayanıklılıklarının belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı, akarsu kano sporcularının psikolojik dayanıklılık seviyelerinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır.

YÖNTEM Çalışmanın evrenini Türkiye Kano Federasyonunun 2018-2019 yılı faaliyet programında yer alan Rize/Ardeşen Akarsu Kano Slalom Türkiye Şampiyonasına katılan 71 yarışmacısı oluşturmaktadır. Örneklemini ise tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen gönüllü 42 akarsu kano sporcusu oluşturmuştur. Çalışmada katılımcılara; 33 maddeden oluşan Friborg vd. (2005) tarafından geliştirilmiş, Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği' ve "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25 lisanslı istatistik programından faydalanılmıştır.

BULGULAR Yapılan MANOVA testi sonuçlarına göre, yarışmacıların psikolojik dayanıklılıkları ile "Spor Yapma Düzeyi" değişkeni açısından da anlamlı farklar görülmüştür (WilksL(λ)=,732; F(12,68)=0,955; $p<0,05$). Diğer analizlerde ise psikolojik dayanıklılık düzeylerinde sporcuların yaş, spor yapma yılı, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi değişkenleri açısından anlamlı farklar görülmemiştir ($p>0,05$).

SONUÇ Yarışmacıların "Spor Yapma Düzeyi" ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkarken; sporcuların yaş, spor yapma yılı, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi değişkenleri açısından psikolojik dayanıklılıkları üzerinde anlamlı farklılıklar ortaya çıkmamıştır. Ölçekte yer alan alt boyutlarda farklılaşmaların gözlemlendiği ancak, bu farklılaşmaların 'gelecek algısı' ve 'yapısal stil' alt boyutlarında yoğunlaştığı görülmüştür. Ayrıca akarsu kano slalom sporcularının millilik seviyesinde olanlarında psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kano, Psikoloji, Dayanıklılık.

DETERMINATION OF RESILIENCE LEVELS OF RIVER CANOE ATHLETES

INTRODUCTION AND PURPOSE Psychological resilience is expressed as a process of success or adaptation. It is necessary to be able to achieve success in sports, to use the potential of the athlete at the highest level and to cope with many factors that affect their emergence positively or negatively. Therefore, it is very important for athletes to accept that psychological well-being is in their own hands. The aim of the study is to determine the endurance levels of river canoe athletes and to examine them according to various variables.

METHOD Turkey Canoe Federation for the year 2018-2019 the population of the study program of activities located in Rize/Ardeşen River Canoe Slalom Championships in Turkey constitutes 71 contestants athletes. The sample was composed of 42 river canoe athletes who volunteered by random sampling method. To the participants in the study; Friborg et al. (2005) and adapted into Turkish by Basım and Çetin (2011), "Psychological Resilience Scale for Adults" and "Personal Information Form" were applied. SPSS 25 licensed statistics program was used in the analysis of the data. RESULTS According to the results of the MANOVA test, significant differences were observed in terms of the psychological endurance of the competitors and the "Sports Level" variable (WilksL(λ)=.732;F(12.68) = 0.955; $p < 0.05$). In other analyzes, there were no significant differences in psychological endurance levels of the athletes in terms of age, years of doing sports, education level and income level ($p > 0.05$).

CONCLUSION While significant differences emerged between the "Sports Level" and psychological endurance levels of the competitors; There were no significant differences in terms of age, years of doing sports, education level and income level of athletes. It has been observed that there are variations in the sub-dimensions of the scale, and they are concentrated in the "future perception" and "structural style" sub-dimensions.

Keywords: River Canoe, Psychology, Resilience.

SB447

17-19 YAŞ GRUBU KARATE SPORCULARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN INCELENMESİ

[1]Ersel DEMİRCİ, [1]Elif KARAGÜN, [1]Ayşegül Funda ALP

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email : *erseldemirci78@hotmail.com, elif.karagun@gmail.com, afundaalp@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Karate sporun doğası gereği içinde saldırganlığı barındırmaktadır. Ayrıca ergenlik döneminde de saldırganlığın arttığı göz önüne alındığında karate sporunu yapan genç sporcuların saldırganlık durumları merak edilmiştir. Bu açıdan, 17-19 yaş grubu karate sporcularının saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Belirlenen saldırganlık düzeylerinin de; yaş, cinsiyet, spor yılı, profesyonellik durumu, ailenin gelir düzeyi, anne ve baba eğitim durumlarına göre değişip değişmediği de incelenmiştir.

Yöntem: Araştırma amacı doğrultusunda basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile farklı kulüplerde spor yapan 31 kadın 45 erkek olmak üzere toplam 76 karate sporcusuna ulaşılmıştır. Sporculara, bilgi formu ile Buss ve Warren (2000) tarafından geliştirilen, Can (2002) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Saldırganlık Ölçeği uygulanmıştır. İnternet üzerinden katılımcılara formlar sunulmuştur. Veriler SPSS 21.0 paket programında analiz edildiğinde normal dağılım gösterdiğinden parametrik yöntemlerden bağımsız gruplardan ikili küme karşılaştırmalarında t testi, ikiden fazla küme karşılaştırmalarında tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. İstatistiksel hata düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Yapılan analiz sonucunda saldırganlık düzeyi; cinsiyet, yaş, spor yılı, profesyonellik durumu, anne-baba eğitim düzeyine göre anlamsız bulunmuştur. Ancak gelir düzeyi açısından 2001 tl ve üzeri gelire sahip olanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur.

Sonuç: Cinsiyet, yaş, spor yılı, profesyonellik durumu, anne-baba eğitim durumu açısından saldırganlık puanları anlamlı farklılık göstermemiştir. Sadece gelir durumuna göre anlamlı fark bulunmuştur. Spor yapma yılına göre anlamlı olmasa da saldırganlık puanlarının 7-10 yıl arasında düşmesi sonucundan yola çıkılarak karate sporunun saldırgan tutumlar üzerine etkisini test eden araştırmalar yapılmasının uygun olacağı düşünülmüştür.

Investigation Of The Aggression Levels Of Karate Athletes In 17-19 Age Group

Introduction and Purpose: Karate contains aggression due to the nature of the sport. In addition, considering that aggression increased during adolescence, the aggression status of young athletes engaged in karate sports was wondered. In this context, it is aimed to determine the aggression levels of 17-19 age group karate athletes. It was also examined whether the determined levels of aggression differ according to age, gender, sports year, professionalism, family income level, and parents' educational status.

Method: In line with the purpose of the research, a total of 76 karate athletes, 31 females and 45 males from different clubs, were reached by using simple random sampling method. Aggression Questionnaire developed by Buss and Warren (2000) and adapted into Turkish by Can (2002) was applied to the athletes with the information form. The forms were presented to the participants via internet. When the data were analyzed in the SPSS 21.0 package program, they showed normal distribution, so t-test was used for pairwise cluster comparisons from

parametric methods, and one-way analysis of variance was used for comparisons of more than two clusters. Statistical error level was set at $p < 0.05$.

Results: As a result of the analysis, the level of aggression; It was found to be meaningless according to gender, age, sports year, professionalism status, and parents' education level. However, a significant difference was found in terms of income level.

Conclusion: The aggression scores did not differ significantly in terms of gender, age, sports year, professionalism, and parents' educational status. A significant difference was found only by income level. Although it is not significant compared to the sport year, it was thought that it would be appropriate to conduct studies that test the effect of karate sport on aggressive attitudes, based on the result that the aggression scores decreased between 7-10 years.

SB455

FITNESS MERKEZLERİNDE SPOR YAPAN KADIN VE ERKEKLERİN ADALETE DUYARLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Aygül Çağlayan Tunç, [3]Savaş Genç, [1]Ezgi Selin Genç

[1]Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muş- Türkiye
[2] İstanbul Aydın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul-Türkiye
[3]Gazi Ortaokulu, Bartın- Türkiye

Email : *aygulcaglayan@hotmail.com, savas_5555@hotmail.com, ezgisgenc@gmail.com*

Giriş: Spor yapan kadın ve erkeklerin adalet duygularının birbirinden farklı olup olmadığı merak edilen konular arasındadır. Amaç Bu çalışmanın amacı fitness merkezlerinde spor yapan kadın ve erkeklerin adalete duyarlılık düzeylerinin bağımsız değişkenlere göre incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Çalışmada araştırmacı tarafından, araştırmada etkili olduğu düşünülen bağımsız değişkenler (cinsiyet) katılımcılar hakkında bilgi toplamak amacıyla oluşturulan kişisel bilgi formu ve Adalete Duyarlılık Ölçeği Mağdur Formu kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini; basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen fitness merkezlerinde spor yapan 25- 35 yaş arası 286 kadın ve erkek oluşturmaktadır.

Bulgular: Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine bakıldığında %25,4'ünün erkek %47,6'sının ise kadın olduğu görülmektedir. Katılımcıların adalete duyarlık ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 34,02'dir. Katılımcıların cinsiyete göre adalete duyarlık ölçeği puan ortalamalarına bakıldığında cinsiyete göre atılganlık düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Kadınların adalete duyarlık ölçeği puan ortalamaları erkeklerden yüksektir Sonuç spor yapan kadınların adalete duyarlılık düzeyi erkeklerden yüksek bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler; Fitness merkezleri, Adalete duyarlılık, Spor

THE LEVEL OF SENSITIVITY TO JUSTICE OF WOMEN AND MEN IN FITNESS CENTER

Introduction, Whether the feelings of justice of men and women engaged in sports are different from each other are among the questions.

Purpose, The aim of this study is to examine the sensitivity levels of women and men who do sports in fitness centers according to independent variables.

Method, Research was designed according to the relational screening model. In the study, the personal information form and the Justice Sensitivity Scale Victim Form were used by the researcher to collect information about the participants, the independent variables (gender) considered to be effective in the study. The sample of the research; 286 men and women between the ages of 25-35 who exercise in fitness centers selected by simple random sampling method.

Findings, When looking at the socio-demographic characteristics of the participants, it is seen that 25.4% are men and 47.6% are women. The average score that the participants got from the scale of sensitivity to justice is 34.02. Considering the participants' mean scores on the scale of sensitivity to justice by gender, it is seen that the level of assertiveness by gender is statistically significant. Women's sensitivity to justice scale mean scores are higher than men.

Result, the sensitivity level of women who do sports was found to be higher than men.

Keywords; Fitness centers, sensitivity to justice, sports

SB458

COVİD 19 PANDEMİ SÜRECİNDE BİREYLERİN NOMOFOBİ VE KAYGI DURUMLARI ÜZERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTENİN ROLÜ

[2]Sena Altın, [1]Yasin Altın

[1]Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SİVAS
[2]Kayseri Üniversitesi Suna Yalçın Meslek Yüksekokulu, KAYSERİ

Email : *sena.altin@kayseri.edu.tr, yasinaltin@cumhuriyet.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Teknolojik alanda yaşanan ilerlemelerle birlikte akıllı telefonlar yaşamımızın en önemli parçalarından biri haline gelmiştir. Akıllı telefonların hayatımızdaki rolleri her geçen gün artmaktadır. Akıllı telefonlar hayatımızı bir yandan kolaylaştırırken bir yandan bireylerin psikolojik durumları üzerinde birtakım olumsuzluklara sebep olmaktadır. Akıllı telefonlara aşırı bağımlılık, stres, kaygı bozukluğu, iletişim problemleri gibi durumları beraberinde getirmektedir. Aşırı telefon bağımlılığı literatürde nomofobi kavramı olarak sık sık gündeme gelmektedir. 2020 yılının başlarında dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgını sürecinde gündelik aktivitelerin ve sosyal etkileşimin azalması gibi etkenlerin nomofobiye ve kaygının yükselmesine sebep olabileceği düşünülmektedir. Doğada ya da ev içinde egzersiz, nomofobi ve kaygının yükselmesi gibi durumları engellemede olası strateji olabilir. Fiziksel aktivitenin rolünün belirlenmesi için yapılacak çalışmalar önem arz etmektedir. Bu bağlamda, araştırmanın amacı Covid-19 salgını sürecinde nomofobi ve kaygı durumları üzerinde fiziksel aktivitenin rolünün belirlenmesi.

Yöntem: Araştırma tarama modelinde betimsel niteliktedir. Araştırma devam etmekte olan Covid-19 pandemi sürecinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini Kayseri ilinde bulunan 20 yaş ve üzeri üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma uygun örneklem yöntemi ile belirlenen 200 birey üzerinde uygulanmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu, akıllı telefon bağımlılığı ölçeği, durumluk ve sürekli kaygı ölçeği ve uluslararası fiziksel aktivite ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 23.0 programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistikler, ilişki ve fark analizleri uygulanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Bireylerin nomofobi ve kaygı durumları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Fiziksel aktivite düzeyi orta ve yüksek olan bireylerin akıllı telefon bağımlılığı ve kaygı durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Fiziksel aktivitenin nomofobi ve olumsuz bir psikolojik durum olan kaygı üzerinde olumlu etkileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

The Role Of Physical Activity On Individuals' Nomophobia And Anxiety States During The Covid-19 Outbreak Process

Introduction and Purpose: Advances in technology have made smartphones an essential part of life. The roles of smartphones in our lives are increasing day by day. While smartphones make our lives easier, they also cause some negativity on the psychological conditions of individuals. It brings situations such as excessive addiction to smartphones, stress, anxiety disorder, communication problems. Excessive phone addiction comes up frequently as nomophobia in the literature. It is thought that factors such as the decrease in daily activities and social interaction during the Covid-19 pandemic, which affected the world in early 2020, may cause nomophobia and anxiety. Exercising in nature or at home may be a possible strategy to prevent situations such as nomophobia and heightened anxiety. Studies aimed at determining the role of physical activity are important. In this context,

the purpose of the research is to determine the role of physical activity on nomophobia and anxiety during the Covid-19 outbreak.

Method: The research is descriptive in the scanning model. The research was carried out during the ongoing Covid-19 pandemic process. The population of the study consists of university students aged 20 and over in the province of Kayseri. The research was conducted on 200 individuals determined by the appropriate sampling method. Personal information form, smartphone addiction scale, state and trait anxiety scale, and international physical activity scale were used in the study. SPSS 23.0 program was used to analyze the data. Descriptive statistics, relationship, and difference analysis were applied in the analysis of the data.

Findings and Conclusion: It has been observed that there is a negative relationship between nomophobia and anxiety and their physical activity levels. It has been observed that there is a significant difference between smartphone addiction and anxiety states of individuals with medium and high levels of physical activity. It was concluded that physical activity might positive effects on nomophobia and anxiety, which are negative psychological conditions.

SB460

SPOR EĞİTİMLİ ÖĞRENCİLERİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Meliha Uzun*, [2]Bilal Okudan, [3]Osman İmamoğlu**

[1]Şırnak Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ŞIRNAK
[2]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Söke Meslek Yüksekokulu, AYDIN
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, SAMSUN

Bu çalışmanın amacı, spor eğitimli öğrencilerin kişilik özelliklerinin cinsiyete, yaptıkları spor branşına ve spor yaşlarına göre araştırılmasıdır. Spor fakültesinde öğrenim görmekte olan 135 erkek ve 123 kadın öğrencinin doldurmuş olduğu "On-Maddeli Kişilik Ölçeği" değerlendirilmiştir. Bağımsız t- testi, Tek yönlü varyans analizi ve farklı olan grubun belirlenmesi için LSD testi kullanılmıştır. Cinsiyete göre kişilik özellikleri deneyime açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, yumuşak başlılık, duygusal denge alt boyutları ile toplam ölçek puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Kadın öğrencilerin puanları erkek öğrencilerden daha yüksektir. Branşlara göre kişilik özelliklerinde deneyime açıklık ve dışa dönüklük alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer boyutlarda ve toplam ölçek puanlamasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Spor yaşına göre kişilik özellikleri deneyime açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, yumuşak başlılık, duygusal denge alt boyutları ile toplam ölçek puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Spor eğitimli öğrencilerin kişilik özellikleri cinsiyete ve yapılan spor türüne göre değişmekle birlikte spor yaşına göre değişmediği sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin olumlu kişilik özelliklerinin orta seviyede olduğu tespit edilmiştir. Spor eğitimli öğrencilerin olumlu kişilik özelliklerini artırıcı çalışmalar önerilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Öğrenci, Kişilik, Yaş, Cinsiyet

Investigation Of Personality Traits Of Sports Educated Students

The purpose of this study is to investigate the personality traits of sports-educated students according to gender, sports branch and sports age. The "Ten-Item Personality Scale" completed by 135 male and 123 female students of sports education was evaluated. Independent t-test, One-way analysis of variance and LSD test were used to determine the different group. A significant difference was found between personality traits by gender, openness to experience, responsibility, extraversion, mildness, emotional balance sub-dimensions and total scale scores ($p <0.05$ and $p <0.001$). The scores of female students are higher than male students. Significant differences were found in the sub-dimensions of openness to experience and extraversion in personality traits according to branches ($p <0.05$). There was no significant difference in other dimensions and total scale scoring ($p> 0.05$). According to sports age, there was no significant difference between personality traits, openness to experience, responsibility, extraversion, mildness, emotional balance sub-dimensions and total scale scores ($p> 0.05$). It was concluded that the Personality Traits of Students with Sports Education vary according to gender and the type of sport, but not according to the age of the sport. The positive personality traits of the students were found to be at a medium level. Studies that increase the positive personality traits of sports-trained students are recommended.

Keywords: Sport, Student, Personality, Age, Gender

SB464

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YEME TUTUMLARI İLE ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Yasemin Çakmak Yıldızhan

[1]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi BESYO, Erzincan

Bu araştırmada; üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ve öznel iyi oluş düzeyleri, bu düzeylerin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı ve yeme tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma 2019-2020 eğitim öğretim yılında Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan 400 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri katılımcıların demografik bilgileri, yeme tutumları (Yeme Tutum Testi) ve öznel iyi oluş düzeyleri (Öznel İyi Oluş Ölçeği) şeklindedir. Parametrik özellikler gösterdiği anlaşılan verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler teknikler ile bağımsız örneklem t, tek yönlü ANOVA ve Tukey HSD tesleri, ayrıca yeme tutumunun öznel iyi oluş düzeyini yordayıp yordamadığını ortaya koymak için basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analizler sonucunda; katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin orta düzeyde olduğu ve %18,5'inin yeme tutumu bozukluğu riski taşıdığı belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenine göre erkeklerin yeme tutumlarının kadınlardan daha olumlu olduğu, sınıf değişkenine göre 4.sınınıfta öğrenim gören katılımcıların 1.sınıfta öğrenim gören katılımcılara göre yeme tutumlarının daha olumlu olduğu, sigara içip içmeme değişkenine göre sigara içmeyenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sigara içenlerden daha yüksek olduğu, vücut görünüşünden memnun olup olmama durumuna göre vücut görünüşünden memnun olan katılımcıların yeme tutumlarının daha olumlu olduğu ve öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öznel iyi oluş düzeyi ile yeme tutumu davranışı arasında zayıf düzeyde negatif bir ilişki olduğu, yeme tutumunun öznel iyi oluşun anlamlı bir yordayıcı olduğu toplam varyansın %1'ini açıkladığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yeme tutumu, öznel iyi oluş, üniversite öğrencileri

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING ATTITUDES OF UNIVERSITY STUDENTS AND THEIR SUBJECTIVE WELL-BEING LEVELS

In this study, it is aimed to examine the eating attitudes and subjective well-being levels of university students, whether these levels differ according to some demographic variables, and the relationship between eating attitude and subjective well-being. The relational scanning model is used in this study. The research has been carried out with 400 students studying in different departments at Erzincan Binali Yıldırım University in the 2019-2020 academic year. The data of the study include demographic information, eating attitudes (Eating Attitude Test) and subjective well-being levels (Subjective Well-being Scale) of the participants. Descriptive statistics techniques and independent samples t, one-way ANOVA and Tukey HSD tests are used in the analysis of the data that are observed to show parametric characteristics, and also simple linear regression analysis is used to reveal whether eating attitude predicted subjective well-being. As a result of the analysis, it has been found that the subjective well-being levels of the participants are at a medium level and 18.5% of them have the risk of eating attitude disorder. It is observed that according to the gender variable, the eating attitudes of males are more positive than females; according to the class variable, the eating attitudes of the 4th grade participants are more positive than the 1st grade participants; according to the smoking or not smoking variable, the subjective well- being levels of non-smokers are higher than smokers; that the eating attitudes of the participants who are

satisfied with their body appearance are more positive and their subjective well-being levels are higher according to whether they are satisfied with their body appearance or not. In addition, it is found that there is a weak negative relationship between subjective well-being and eating attitude behavior, that eating attitude is a significant predictor of subjective well-being, explaining 1% of the total variance.

Keywords: Eating attitude, subjective well-being, university students

SB468

AMATÖR FUTBOLCULARIN ÖZ-SAYGI VE KARAR VERME BECERİLERİNİN BELİRLENMESİ

[2]HAYRİ AYDOĞAN, [2]UTKU IŞIK, [3]EMİN ÖZDEMİR, [1]ESRANUR TERZİ, [1]EMİNE KÖSE YİĞİT

[1]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, RİZE
[2]Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, RİZE
[3]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri ABD, ANKARA

Email : *hayriaydogan@hotmail.com, utku.isik@erdogan.edu.tr, eminozdemir61@gmail.com, esranurtrzi@hotmail.com, eminekose61@gmail.com*

GİRİŞ VE AMAÇ Kişinin öz-saygısı, verdiği kararları uygulamaya sokması, kararların doğru veya yanlış sonuçlanması halinde vereceği tepkiler açısından önemlidir. Özellikle de futbol sporunun yapısı gereği, uygun ve yerinde verilen kararlar, oyuna olumlu katkı sağlayacağı gibi; verilecek olan yanlış kararlar da oyun içinde sporcuyu olumsuz etkileyerek oyunun sonucuna da etki edebilecektir. Buradan hareketle çalışmamızın amacı, amatör futbolcuların özsaygı ve karar verme becerilerinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılmasıdır.

YÖNTEM Araştırmanın evrenini Türkiye Futbol Federasyonu'nun 2018-2019 sezonu faaliyet programında, Trabzon ili amatör futbol takımlarında yer alan futbolcular oluştururken, örneklem grubumuzu ise tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen 79 amatör futbolcu oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcılara Mann vd. (1997) tarafından geliştirilen; Türkçe uyarlaması Deniz (2004) tarafından yapılan "Melbourne Karar Verme Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde SPSS 25 lisanslı istatiksel analiz programından faydalanılmıştır.

BULGULAR Yapılan MANOVA analizine göre, futbolcuların karar verme becerilerinde, futbol oynama süreleri (WilksL(λ)=,670; F(12,190,786)=2,595; p<0,05), gelir düzeyi (WilksL(λ)=,860; F(8,146)=1,433; p<0,05) ve eğitim düzeyi (WilksL(λ)=,833; F(4,74)=3,717; p<0,05) değişkenleri açısından anlamlı farklar görülmesine karşın; oynadığı lig düzeyi, yaş ve oynadığı mevkii açısından anlamlılık görülmemiştir. Ayrıca Öz-saygı düzeylerini belirlemek için yapılan ANOVA ve T-testi sonuçlarında ise değişkenler açısından hiçbir anlamlı fark görülmemiştir (p>0,05).

SONUÇ Futbolcuların spor yapma yılı, eğitim düzeyi, gelir düzeyleri onların karar verme becerileri üzerinde farklılıklara neden olurken; sporcuların öz saygı düzeylerinde farklılıklara neden olmamaktadır. Ölçekte yer alan alt boyutlarda farklılaşmaların gözlemlendiği 'dikkatli' 'kaçıngan', 'erteleyici' ve 'panik' alt boyutlarında yoğunlaştığı belirlenmiştir. Ayrıca futbolcuların sahip oldukları spor deneyiminin, eğitim ve gelir düzeyinin karar verme stilinde değişikliğe yol açtığı söylenebilir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan, farklı amatör sporcuların karar verme stillerinden en fazla 'dikkatli karar verme stili'ni en az 'kaçıngan karar verme stili'ni tercih ettiklerini söyleyebiliriz.

ANAHTAR KELİMELER: Amatör Futbolcu, Öz-Saygı, Karar Verme.

DETERMINING SELF-RESPECT AND DECISION-MAKING SKILLS OF AMATEUR FOOTBALL PLAYERS

INTRODUCTION-PURPOSE Self-respect of a person is important in terms of putting his decisions into practice, and his reactions to the right or wrong decisions. Especially due to the nature of football sport, appropriate and appropriate decisions will contribute positively to the game; wrong decisions to be made may also affect the result of the game by negatively affecting the athlete in the game. The aim of our study is to determine the self-respect and decision-making skills of amateur football players and to compare them according to various variables.

METHOD The research population, Turkey Football Federation 2018-2019 season's, in the province of Trabzon amateur football team players are creating, while our sample group of 79 amateur players form determined by random sampling method. In the study, the participants Mann et al. (1997) developed by; "Melbourne Decision Making Scale" and "Personal Information Form" adapted to Turkish by Deniz (2004) were applied. SPSS 25 licensed statistical program was used to analyze the data.

RESULTS According to the MANOVA analysis, although there were significant differences in the decision-making skills of football players in terms of duration of playing football, income level and education level variables ($p < 0.05$), there was no significance in terms of league level, age and position played. There were no significant differences in terms of variables in the results of ANOVA and T-test performed to determine self-respect levels ($p > 0,05$).

CONCLUSION While football players' sport years, education level and income levels cause differences on their decision-making skills; It does not cause differences in the self-respect levels of the athletes. It can be said that the time spent playing football, education and income level, in which the differences are observed in the sub-dimensions of the scale, are concentrated in the sub-dimensions of "careful" "avoidant", "procrastination" and "panic", causing a change in decision-making styles.

KEYWORDS: Amateur, Football Players, Self-Respect, Decision Making Styles.

SB477

YETİŞKİN SPORCULARDA ZİHİNSEL DAYANIKLILIĞIN YORDANMASINDA BAĞLANMA STİLLERİ VE KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARININ ROLÜ

[1]Çiğdem ÖNER

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü

Giriş ve Amaç: Üstün performans ortaya koymaları beklenen sporcuların başarı yolculuklarında fiziksel olduğu kadar psikolojik performansları da önemli olmaktadır. Psikolojik performansın ortaya konmasında etken unsurlardan biri zihinsel dayanıklılıktır. Kişisel, sosyal ve çevresel bazı etmenlerin zihinsel dayanıklılık üzerinde belirleyici rol üstlendiği bildirilmektedir. Bu çalışmada yetişkin elit sporcularda zihinsel dayanıklılığın yordanmasında bağlanma stilleri ve kişilerarası ilişki tarzlarının rolünün ortaya konması amaçlanmıştır.

Yöntem: İlişkisel tarama modelinde tasarlanan araştırmanın çalışma grubunu 121'i kadın 219'u erkek olmak üzere toplam 340 gönüllü müsabık sporcu oluşturmaktadır. Katılımcılara, veri toplama araçları olarak, Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu sunulmuştur. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-testi, Pearson korelasyon analizi ve hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Bulgular, sporda mental dayanıklılığın tüm alt boyutlarının güvenli bağlanma ile pozitif, güven ve kontrol boyutlarının kaçınan bağlanma, güven ve devamlılık boyutlarının ise kaygılı–kararsız bağlanma ile negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Ek olarak, güven ve kontrolün besleyici ilişki tarzı ile pozitif, güvenin ketleyici ilişki tarzı ile negatif ilişki gösterdiği saptanmıştır. Erkek sporcuların kontrol ve devamlılık puanları kadınlardan, kadınların kaçıngan ve kaygılı-kararsız bağlanma puanları erkeklerden, bireysel sporcuların saygılı ilişki tarzı puanları takım sporcularından, takım sporları yapanların güvenli bağlanma ve küçümseyici ilişki tarzı puanları ise bireysel sporculardan yüksek bulunmuştur. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, güvenli bağlanma ve besleyici ilişki tarzının sporda zihinsel dayanıklılığın pozitif belirleyicisi olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, güvenli bağlanan ve besleyici ilişki tarzları geliştiren yetişkin sporcuların kaçınan ile kaygılı-kararsız bağlanan ve ketleyici ilişki tarzlarına sahip sporcular daha yüksek düzeyde zihinsel dayanıklılık gösterdikleri söylenebilir.

Anahtar Kelime: Sporda Zihinsel Dayanıklılık, Bağlanma Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları, Yetişkin Sporcular.

THE ROLE OF ATTACHMENT STYLES AND INTERPERSONAL RELATIONSHIP STYLES IN PREDICTING MENTAL TOUGHNESS IN ADULT ATHLETES

Introduction and purpose: In their journey to success, the physical and psychological performances of the athletes who are expected to demonstrate superior performance are essential. One of the influential factors in revealing psychological performance is mental toughness. It is reported that some personal, social, and environmental factors play a determining role in mental toughness. The purpose of this study is to reveal the role of attachment styles and interpersonal relationship styles in predicting mental toughness in adult elite athletes.

Methods: The working group of the research designed in the relational screening model covers 219 males and 121 females, a sum of 340 competing volunteer athletes. As data collection tools, Sport Mental Toughness Questionnaire-SMTQ-14, Three Dimensional Attachment Style Scale, Interpersonal Relationship Styles Scale, and Personal Information Form were presented to the participants. Descriptive statistics, independent t-test, Pearson correlation analysis, and hierarchical regression analysis were used in analyzing the data.

Results: The findings revealed that all sub-dimensions of mental toughness in sports were positively associated with secure attachment. The dimensions of confidence and control were negatively correlated with avoidant attachment, and confidence and constancy dimensions negatively correlated with anxious-ambivalent attachment. Besides, confidence and control were found to positively correlated with nurturing relationship style, and confidence was negatively correlated with inhibiting relationship style. Control and constancy scores of male athletes were higher than females, avoidant and anxious- ambivalent attachment scores of females were higher than males, individual athletes' respectful relationship style scores were higher than team athletes, and those who engaged in team sports had higher secure attachment and contemptuous relationship style scores than individual athletes. As a result of the hierarchical regression analysis, it was determined that secure attachment and nurturing relationship style were positive determinants of mental toughness in sports. Conclusions: In conclusion, it can be said that adult athletes who attach securely and develop nurturing relationship

SB487

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Serkan PANCAR

[1]MEB

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Duygusal Zekâ Düzeylerinin İncelenmesidir. Çalışmamıza, beden eğitimi ve spor öğretmenliği (104), Antrenörlük Eğitimi (60), Spor Yöneticiliği (28), Rekreasyon (17) bölümünden toplamda 209 katılımcı çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların duygusal zeka düzeylerini ölçmek için Chan'in (2004) tükenmişlikle duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelemede kullandığı ölçekten yararlanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik testler uygulanmıştır. Araştırmada tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra, iki değişkenin karşılaştırıldığı durumlarda bağımsız örneklemler t testi, ilişkisel analizlerde ise Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Cinsiyetlere göre yapılan duygusal zeka düzeyi karşılaştırmalarında, duygusal değerlendirme, Empatik Duyarlılık, Duyguların Olumlu Kullanımı ve Duygusal Zeka Toplam puanlarında anlamlı farklılık görülmezken, Pozitif Duygusal Yönetim puanlarında erkek katılımcıların daha yüksek puan aldıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların öğrenim gördükleri bölümlere göre yapılan karşılaştırmada, duygusal zeka alanlarının hiçbir bölümünde anlamlı farklılık görülmemiştir. Sonuç olarak, bölümlere göre, duygusal zeka alanlarında farklılık olmadığı söylenebilir.

Examination Of The Emotional Intelligence Levels Of The Students Of The Faculty Of Sports Sciences

The purpose of this study was to examine the Emotional Intelligence Levels of the Students of the Faculty of Sport Sciences. . A total of 209 participants from the departments of Physical Education and Sports Teaching (104), Coach Training (60), Sports Management (28), Recreation (17) participated in our study voluntarily. In order to measure the emotional intelligence levels of the participants, the scale used by Chan (2004) to examine the relationship between burnout and emotional intelligence was used. Parametric tests were applied as the data showed normal distribution. In addition to descriptive statistics, independent samples t-test was used when two variables were compared, and Pearson correlation test was used in relational analysis. While there was no significant difference in emotional evaluation, Empathic Sensitivity, Positive Use of Emotions and Emotional Intelligence Total scores in emotional intelligence level comparisons made according to genders, it was found that male participants got higher scores in Positive Emotional Management scores. In the comparison made according to the departments where the participants were educated, no significant difference was found in any of the emotional intelligence domains. As a result, it can be said that there is no difference in emotional intelligence areas according to the departments.

SB498

COVİD 19 PANDEMİSİNİN BİSİKLETÇİLERİN YARIŞMA ÖNCESİ KAYGI DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Esra KÜRKCÜ AKGÖNÜL*, [1]Tolga ŞAHİN, [2]Fırat AKÇA, [3]Gökmen ÖZEN, [1]Çağlar BOZKURT**

[1]Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/İzmir
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Ankara
[3]Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Çanakkale

Email : *bestfemalecyclist@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, milli takım seviyesinde bisiklet sporu yapan bireylerin Covid 19 pandemi öncesi ve sonrası yarışma kaygı düzeylerinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma 2020 yılında Alanya/Antalya'da yapılan milli takım kampında, Türkiye Bisiklet Federasyonunda lisanslı ve uluslararası seviyede Avrupa ve Dünya şampiyonalarına katılan 12 kadın 20 erkek olmak üzere toplam 32 bisikletçi (yaş 18,25±1,87; boy 169,45±7,73; ağırlık 61,18±6,59) üzerinde yürütülmüştür. Çalışmada sporculara Rainer Martens tarafından 1982 yılında geliştirilen "Sport Competition Anxiety Test- SCAT" ın Türkçe versiyonu "Sporda Yarışma Kaygısı Testi-SKYT" kullanılmıştır. SCAT'ın Türkçe'ye çevrilmesi, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları Koruç, Kuter, Yılmaz, Bayar ve Kagan tarafından yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.00 paket programı kullanılmış, istatistiksel anlamlılık $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre bisikletçilerin pandemi öncesi ve sonrası yarışma kaygı puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Pandemi sürecinin bisikletçilerde kaygı durumunu istatistiksel olarak artırmadığı sonucu elde edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, kategori, ekonomik düzey, öğrenim düzeyi, anne eğitim düzeyi, yaşanılan yer değişkenleri ve sportif özellik değişkenleri açısından da pandemi öncesi ve sonrası yarışma kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Bisikletçilerin yarış kaygı durumlarına pandeminin anlamlı etkisi olmadığı bulunmuştur. Tecrübeli, en az 6 yıl bisiklet sporu yapan sporcuların müsabaka kaygı düzeyinin beş altı aylık pandemi sürecindeki pasifliğin sporcuların müsabaka kaygı düzeylerini etkilemediği söylenebilir. Ancak yinede bisiklet antrenörlerinin, federasyon ve bakanlık birimlerinin üst düzey sporcular için bu tür süreçlerde özel önlemler alması ve psikiyatri, diyetisyen, fizyoterapist gibi alanda uzman kişilerle birlikte çalışması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Bisikletçi, Yarışma Kaygısı, Covid-19, Pandemi

The Effect Of Covid 19 Pandemic On Cyclists' Pre-Competition Anxiety Levels

Aim: The aim of this study is to examine national team level cyclist's anxiety levels before and after the Covid 19 pandemic.

Method: Study held on the cyclists who has license by Turkish Cycling Federation and racing in international level and participating Europe and World championship 12 women, 20 men, total of 32 riders (mean age 18.25 ± 1.87; length 169.45 ± 7 , 73; weight 61.18 ± 6.59) during the national team camp at the begining of 2020 and pandemic. In the study, the Turkish version of the "Sport Competition Anxiety Test- SCAT" developed by Rainer

Martens in 1982 was used. Adaptaion of SCAT into Turkish athletes, reliability and validity studies have been done by Koruç, Kuter, Yılmaz, Bayar and Kagan. SPSS 25.00 package program was used in the analysis of the data, statistical significance was accepted as $p < .05$.

Results: According to the findings, it was determined that there was no significant difference between the anxiety scores of the cyclists before and after the pandemic. It was concluded that the pandemic process did not statistically increase the anxiety of cyclists. In addition, it was found that there was no significant difference between the pre competition anxiety levels before and after the pandemic in terms of gender, category, economic level, education level, mother's education level, place of residence variables and sportive characteristics.

Conclusion: It was found that the pandemic had no significant effect on the pre-race anxiety of cyclists. It can be said that the passivity of the experienced athletes who have been doing cycling for at least 6 years during the five to six-month pandemic period does not affect pre- competition anxiety levels. However, it is recommended that cycling coachs, federation and ministry units take special precautions for high- level athletes in such processes and work with experts in the field such as psychiatry, dietician, physiotherapist.

Keywords: Cyclist, Competition Anxiety, Covid-19, Pandemic

EGZERSİZ VE SPORDA BESLENME / NUTRITION IN EXERCISE AND SPORTS

SB17

SPOR MERKEZİNE DEVAM EDEN KADINLARIN BESLENME VE EGZERSİZ DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]GÜLŞAH AKYILMAZ*, [1]RABİA HÜRREM ÖZDURAK SINGIN**

[1]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Çorum

Email : *gulsahyildizakyilmaz@gmail.com, hurremo@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırma; spor merkezine devam eden kadınların beslenme ve egzersiz davranışlarının değerlendirilmesi amacıyla planlanmış kesitsel bir çalışmadır.

Yöntem: Araştırmadaki verilerin elde edilmesinde demografik bilgiler için araştırmacı tarafından hazırlanan anket formu ve Yurt, S. ve Yıldız, A. (2016). tarafından geliştirilen Beslenme-Egzersiz Davranışları Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmanın örneklemini, 2019 Kasım - 2019 Aralık aylarında evrende yer alan spor merkezlerine gitmekte olan 260 kadından en az 3 aydır spor merkezine devam eden 18-64 yaş arası 198 kadın katılımcı oluşturmaktadır. Her bir katılımcıya anket öncesi gerekli açıklama yapılmış olup, gönüllülük esasına göre onayları alınarak katılımları sağlanmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22.0 istatistik programı ile analiz edilerek, tanımlayıcı istatistikler olarak yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma teknikleri uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmada elde edilen verilere göre; katılımcılar %52,5'inin evli, %35,4'ü İlkokul mezunu, %36,9'u ev hanımı, %30,3'ünün geliri 3000-4000 TL aralığında olduğunu, %69,2'sinin 3-6 ay süre ile spora devam ettiğini ve %55,1'i diyet yaptığını belirtmiştir. Dış görünüşünden memnun olanların oranı %47,5 olup memnun olmayanların oranı %52,5'tir.

Sonuç: Kadınların öğün düzeni puanı, 12 ay üzeri süre ile spor yapanların ortalaması 3-6 ve 6-12 ay süre ile yapanların ortalamasından daha yüksek çıkmıştır. Araştırmada diyet yapmayanların diyet yapanlara göre psikolojik (bağımlı) olarak yeme davranışları ve sağlıksız beslenme davranış düzeyleri yüksek çıkmıştır. Sağlıklı beslenme-egzersiz davranış düzeyi yüksek olan kadınların dış görünüşlerinden memnuniyet durumlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Evaluation Of Nutrition And Exercise Behaviours Of Women Who Pursue Sports Centre

Abstract and Aim of the study: This study is cross-sectional study which is planned in order to evaluate nutrition and exercise behaviours of the women who pursue sports centre.

Method: A questionnaire form which is prepared by the researcher and a Nutrition-Exercise Behaviours Scale which is devised by Yurt, S. and Yıldız A.(2016) is usedin order to collect data. The sample of this research is derived from 198 woman participants aged between 18- 64 out of the total 260 women who pursue going sports centres in universe in 2019 November - 2019 December. Before conducting this questionnaire , relevant instructions are explained to each participant and the participation in this study is completely voluntary. The data obtained in this research have been analysed using SPSS 22.0 software, descriptive statistics such as percentage, frequency, mean and standard deviation have been applied

Findings: According to the data obtained in this research: 52,5% of the participants are married, 35,4% of them are primary school graduate, 36,9% of the participants are housewives, 30,3% of the participants' income are between 3000-4000, 69,2% pursues sports for 3-6 months and 55.1% of the participants stated that they are on a diet. 47,5% of the participants are consent with their appearance and 52,5% are not.

Conclusion: The average eating regular meal score in women doing sports more than 12 months is higher than the women doing sports between 3-6 months and 6-12 months. Furthermore in this research, participants that are not on a diet have higher rates of psychological eating (food addiction) and unhealthy eating behaviour than the participants that are on a diet. It should be noted that the women who have healthy diet and exercise behaviour are consent with their appearance.

SB60

BADMİNTON SPORCULARININ SAĞLIKLI BESLENMEYE İLİŞKİN TUTUM DÜZEYİNİN İNCELENMESİ

***[1]Semra Bıdıl*, [2]Metin Kaya**

[1]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** badminton26@gmail.com, mkaya@gazi.edu.tr*

Amaç: badminton sporcularının Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem:Araştırmanın modeli, betimsel yöntem ile yapılmış nicel bir çalışmadır. Araştırmanın evrenini, Türkiye'de badminton oynayan sporcular, örneklemini ise, 2019-2020 sezonunda aktif olan badminton sporcuları oluşturmaktadır. Çalışmaya gönüllü olarak 476 sporcu katılmıştır. Veri toplama araçları, demografik sorular ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği sorularından oluşmaktadır. Verilerin normal dağılım göstermemesinden dolayı, nonparametrik (Spearman Korelasyon, Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis) testler kullanılmıştır.

Bulgular:Yapılan analiz sonucunda katılımcıların yaşı ile BHB (beslenme hakkında bilgi) faktörü arasında pozitif yönde düşük düzeyde, KB (kötü beslenme) faktörü arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Beden kitle indeksinde zayıf katılımcıların, KB puan ortalamaları, obez, aşırı kilolu ve normal katılımcıların KB puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumu lisans olanların BHB puan ortalamaları, lise ve ortaokul mezunu olan bireylerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Eğitim durumu lisans olanların BYD (beslenmeye yönelik duygu) puan ortalamaları, ortaokul ve lise mezunu olan bireylerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca eğitim durumu ortaokul olanların KB puan ortalamaları, lisans ve lise mezunu olan bireylerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, spor yaşı, eğitim alınan bölüm ve antrenman saati değişkenleri ile SBİTÖ'nün faktörleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Çalışmanın sonucunda badminton sporcularının yaş, BKİ ve eğitim durumlarına göre tutumlarının farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

ANALYSIS OF THE ATTITUDE OF BADMINTON ATHLETES ABOUT HEALTHY NUTRITION

Purpose:The aim of this study was to determine the nutritional knowledge levels and attitudes (behaviors) of athletes through different variables.

Method:The model of the research is a quantitative study made with a descriptive method. The population of the research, are the athletes who play badminton in Turkey; The sample is composed of active badminton athletes who played in the 2019-2020 season. 476 athletes participated in the study. Data collection tools consist of demographic questions and Attitude Scale for Healthy Nutrition (ASHN). Due to the fact that the data doesn't have a normal distribution, nonparametric Spearman correlation, Mann Whitney-U test, Kruskal wallis tests were used.

Result: As a result of the analysis, a low level of positive correlation was found between the age of the participants and the KAN factor. A significant low level of negative correlation was found between the age of the participants and the BN factor. It was determined that the BN score averages of the weak participants in the BMI were significantly higher than the average BN scores of the obese, overweight and normal participants. It was determined that the KAN mean scores of the university graduates were significantly higher than the average scores of the high school and middle school graduates. In addition, it was determined that the BN point averages of middle school graduates are significantly higher than the average score of individuals with undergraduate and high school graduates. No significant difference was found between the variables of the participants' gender, sports age, education department and training time and the factors of the ASHN.

As a result of the study, it was determined that badminton athletes' attitudes differ according to their age, BMI and educational status.

SB69

ADOLESAN YÜZÜCÜLERİN HİDRASYON BİLGİ DÜZEYLERİ VE YEME DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ

[1]Şerife Şentürk, [1]Hüseyin Ulusoy, [1]Günay Eskici

[1]Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

Email : *serife.senturk88@gmail.com, hsulusoy36@gmail.com, gunayeskici@comu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Egzersiz sırasında artan terleme ile birlikte vücutta su ve elektrolit kaybı oluşmakta, günlük sıvı tüketiminin sıvı kaybından az olması, dehidrasyon durumunun oluşmasına sebep olmaktadır. Dehidrasyon sporcunun hem genel sağlığını hem de performansını olumsuz etkileyen bir durum olduğundan yeterli hidrasyonun sağlanması önemlidir. Sporcuların öğün düzeninden, tercih edilen besin türlerine kadar beslenmeleri konusunda geniş bilgi edinmek, sporcuya doğru beslenme alışkanlıklarının kazandırılabilmesini sağlar. Bu çalışmada yüzme sporunu aktif olarak yapan adolesanların hidrasyon bilgi düzeylerinin ve yeme davranışlarının belirlenmesi amaç edinilmiştir.

Yöntem: Çalışmaya Çanakkale ilinde hem özel kulüp hem de İÇDAŞ spor kulübü bünyesinde aktif olarak yüzme sporu ile ilgilenen yaş ortalaması 13.5±1.6 yıl olan toplam 95 adolesan katılmıştır. Katılımcılara demografik özelliklerine yönelik sorularla birlikte 17 sorudan oluşan hidrasyon bilgi düzeyi anketi ve 79 sorudan oluşan yeme davranış anketi uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %49.5'i erkek, %50.5'i kadındır. Katılımcıların spor yaşı ortalaması 4.5±1.3 yıl, antrenman sıklığı 3.8±1.62 gün/hafta, 2.1±0.5 saat/gün'dür. Beden Kütle İndeksi (BKİ) değerlendirmesine göre %26.3'ü zayıf, %73.7'si normal vücut ağırlığına sahiptir. Su tüketim ortalaması 2.6±2.4 L/gün'dür. Hidrasyon bilgi kaynaklarında ilk üç sırayı antrenör (%37.2), ebeveyn (%25.3) ve okul dersleri (%24.2) almıştır. Hidrasyon bilgi düzeyine yönelik sorulan 17 sorunun 7'sinde katılımcıların çoğu beklenen cevabı vermelerine karşın bilgi eksikliğinin en çok dehidrasyon ve spor içeceklerine yönelik olduğu (3,4,6,11-14. sorular) belirlenmiştir. Katılımcıların yeme davranışları puan ortalaması 477.51±43.29 olup %80'inin çok iyi (≥436), %20'sinin iyi (291-435) yeme davranışlarına sahip olduğu belirlenmiştir. Cinsiyetler arasında yeme davranışları puanları açısından anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

Sonuç: Adolesan yüzücülerin tümünün yeme davranış puan değerlendirmesine göre iyi ve çok iyi yeme davranışına sahip oldukları ve çoğu katılımcının hidrasyon bilgi düzeyi sorularına (dehidrasyon ve spor içecekleri hariç) beklenen/doğru yanıtı verdikleri belirlenmiştir. Hidrasyon konusunda bilgi kaynaklarının daha çok antrenör ve ebeveyn olması, beslenme ve sıvı konusunda sadece sporculara değil bilgi kaynaklarına da eğitim verilmesinin gerekliliğini ortaya koyar.

Determination Of Hydration Knowledge Levels And Eating Behaviors Of Adolescent Swimmers

Background and Aim: Although the prevalence of eating disorders among athletes is high, when evaluated according to sports branches, eating disorders are more common in aesthetic and weight sports. This study was conducted to evaluate the risk of eating disorders in individuals who do bodybuilding sports where body image is important.

Method: A total of 80 people, with an average age of 22.6 ± 5.7 years, engaged in bodybuilding, registered in three private sports centers with the largest participant capacity in Çanakkale province, participated in the study. Eating attitude scale (YTT-40) consisting of 40 questions was applied to the participants along with a questionnaire including questions about demographic characteristics and nutritional behavior.

Results: 70.0% (56) of the participants are male and 30.0% (24) of them are female. According to the Body Mass Index (BMI) evaluation, 57.5% are normal weight, 10% are underweight, 30% are overweight and 2.5% are obese. The average age of sports is 14.5 ± 16.9 months, training frequency is 4.1 ± 1.7 days / week, 74.6 ± 21.5 minutes / day. 76.3% of the participants stated that they were students, 12.5% were working in the private sector, and 11.3% were coaches. The ratio of those without muscle satisfaction (62.5%) is higher than the ones (37.6%). While 91.3% of the participants stated that they chose this sport with their own preference, the first three reasons were physical appearance (51.3%), health (30%) and the desire to increase body weight / muscle (15%). "Do you use nutritional ergogenic supplements?" 86.3% (69) of the participants answered "no" and 13.8% (11) answered "yes" to the question. Five people who used it stated that they used a protein supplement. There were 33 participants who stated that they followed a special diet to change their body composition. It has been determined that the applications made are mostly in the form of an increase in protein consumption and a decrease in fat consumption. The mean score of the eating attitude test is 16.9 ± 1.2 and no significant difference was found between the genders in terms of scores ($p > 0.05$). It was determined that 18.8% (15) of the participants had an eating disorder risk (score 30).

Conclusion: It is a pleasing finding that although the rate of muscle dissatisfaction is high in individuals who do bodybuilding, the risk of eating disorders is low. It has been determined that when they want to change their body composition, they increase their protein intake and reduce their fat consumption. The number of people who report using dietary ergogenic supplements is surprisingly low.

SB70

VÜCUT GELİŞTİRME SPORU YAPAN BİREYLERDE YEME BOZUKLUĞU RİSKİNİN BELİRLENMESİ

[1]Hüseyin Ulusoy, [1]Şerife Şentürk, [1]Günay Eskici

[1]Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

Email : *hsulusoy36@gmail.com, serife.senturk88@gmail.com, gunayeskici@comu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Sporcular arasında yeme bozukluğu prevalansı yüksek olmakla birlikte spor dallarına göre değerlendirildiğinde estetik ve sıklet sporlarında yeme bozukluğu daha sık görülmektedir. Bu çalışma, vücut görüntüsünün önemli olduğu vücut geliştirme sporunu yapan bireylerde yeme bozukluğu riskini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

Metot: Çalışmaya Çanakkale ilindeki en geniş katılımcı kapasitesine sahip üç özel spor merkezine kayıtlı vücut geliştirme sporu yapan, yaş ortalaması 22.6± 5.7 yıl olan toplam 80 kişi katılmıştır. Katılımcılara demografik özellikleri ve beslenme davranışlarına yönelik soruları içeren bir anket ile birlikte 40 sorudan oluşan yeme tutum ölçeği (YTT-40) uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %70.0'i (56) erkek, %30.0'u (24) kadındır. Beden Kütle İndeksi (BKİ) değerlendirmesine göre %57.5'i normal kilolu, %10'u zayıf, %30'u fazla kilolu, %2.5'i şişmandır. Spor yaşı ortalaması 14.5±16.9 ay, antrenman sıklığı 4.1±1.7 gün/hafta, 74.6 ±21.5 dakika/gün'dür. Katılımcıların %76.3'ü öğrenci, %12.5'i özel sektörde çalışan, %11.3'ü antrenör olduğunu belirtmiştir. Kas memnuniyeti olmayanların (%62.5) oranı, olanlardan (%37.6) yüksektir. Katılımcıların %91.3'ü kendi tercihi ile bu sporu seçtiğini belirtirken, tercih nedenlerinde ilk üç sırayı fiziksel görünüm (%51.3), sağlık (%30) ve vücut ağırlığını/kasını artırma isteği (%15) almıştır. "Besinsel ergojenik destek kullanıyor musunuz?" sorusuna katılımcıların %86.3'ü (69) "hayır", %13.8'i (11) "evet" yanıtını vermiştir. Kullanan 5 kişi protein suplemanı kullandığını ifade etmiştir. Vücut bileşimlerini değiştirmek için özel diyet uyguladığını söyleyen 33 katılımcı vardır. Yapılan uygulamaların daha çok protein tüketiminde artış, yağ tüketiminde azalma şeklinde olduğu belirlenmiştir. Yeme tutum testi puan ortalaması 16.9±1.2'dir ve cinsiyetler arasında puanlar açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Katılımcıların %18.8'inde (15) yeme bozukluğu riski olduğu (puan≥30) belirlenmiştir.

Sonuç: Vücut geliştirme sporu yapan bireylerde kas memnuniyetsizliği oranının yüksek olmasına karşın yeme bozukluğu riskinin düşük olması sevindirici bir bulgudur. Vücut bileşimlerini değiştirmek istediklerinde beslenmelerinde daha çok protein tüketimini artırdıkları, yağ tüketimini azalttıkları belirlenmiştir. Besinsel ergojenik destek kullanımlarına başvurduğunu ifade edenlerin sayısı, şaşırtıcı şekilde düşüktür.

Determining The Risk Of Eating Disorders In Bodybuilder

Background and Aim: Although the prevalence of eating disorders among athletes is high, when evaluated according to sports branches, eating disorders are more common in aesthetic and weight sports. This study was conducted to evaluate the risk of eating disorders in individuals who do bodybuilding sports where body image is important.

Method: A total of 80 people, with an average age of 22.6 ± 5.7 years, engaged in bodybuilding, registered in three private sports centers with the largest participant capacity in Çanakkale province, participated in the study. Eating attitude scale (YTT-40) consisting of 40 questions was applied to the participants along with a questionnaire including questions about demographic characteristics and nutritional behavior.

Results: 70.0% (56) of the participants are male and 30.0% (24) of them are female. According to the Body Mass Index (BMI) evaluation, 57.5% are normal weight, 10% are underweight, 30% are overweight and 2.5% are obese. The average age of sports is 14.5 ± 16.9 months, training frequency is 4.1 ± 1.7 days / week, 74.6 ± 21.5 minutes / day. 76.3% of the participants stated that they were students, 12.5% were working in the private sector, and 11.3% were coaches. The ratio of those without muscle satisfaction (62.5%) is higher than the ones (37.6%). While 91.3% of the participants stated that they chose this sport with their own preference, the first three reasons were physical appearance (51.3%), health (30%) and the desire to increase body weight / muscle (15%). "Do you use nutritional ergogenic supplements?" 86.3% (69) of the participants answered "no" and 13.8% (11) answered "yes" to the question. Five people who used it stated that they used a protein supplement. There were 33 participants who stated that they followed a special diet to change their body composition. It has been determined that the applications made are mostly in the form of an increase in protein consumption and a decrease in fat consumption. The mean score of the eating attitude test is 16.9 ± 1.2 and no significant difference was found between the genders in terms of scores ($p > 0.05$). It was determined that 18.8% (15) of the participants had an eating disorder risk (score 30).

Conclusion: It is a pleasing finding that although the rate of muscle dissatisfaction is high in individuals who do bodybuilding, the risk of eating disorders is low. It has been determined that when they want to change their body composition, they increase their protein intake and reduce their fat consumption. The number of people who report using dietary ergogenic supplements is surprisingly low.

SB80

GÜNCEL NANOTEKNOLOJİK UYGULAMALARDA D VİTAMİNİ VE SPORCU PERFORMANSI İLİŞKİSİ

[1]Ayça GENÇ, [2]Güliz AKYÜZ, [3]Sema BAYRAKTAR

[1]Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, BARTIN
[2]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Nanobilim Ve Nanoteknoloji Bölümü, SAMSUN
[3]Bezmialem Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, İSTANBUL

Email : *aycagenc@bartin.edu.tr, gulz.akyuz@hotmail.com, sbayraktar@bezmialem.edu.tr*

Nanoteknoloji genel olarak "National Nanotechnology Initiative" tarafından 1 ila 100 nanometre boyutundaki en az bir boyuta sahip maddenin manipülasyonu olarak tanımlanmaktadır. Nanoteknolojinin tıbbi uygulamaları son yıllarda fazlaca araştırılan bir konudur. Nanoparçacık bazlı uygulamalar, terapötikler ve sistemler, sağlık hizmetlerini iyileştirmek ve yenilik elde etmek için kullanılmaktadır. Bu uygulamalar spordan sağlığa geniş bir yelpazeye sahiptir ve performans gelişimi, hastalıkların erken teşhisi, önlenmesini ve tedavisini mümkün kılınmaktadır. Yüksek ilaç yükleme kapasitesine sahip nano-sistemler, hedef doku-organ-hücreye karşı seçici nano-mekanizmalar, aktif bileşenlerin kontrollü bir şekilde salınımı ve düşük toksisiteye sahip nano-ilaç salınım sistemleri nanoteknolojideki yeniliklerden birkaçıdır. Son yıllarda, biyoaktif ve insan sağlığı için gerekli özelliklerinden dolayı vücudun büyümesini ve gelişmesini destekleyen, ayrıca hastalıkları önlemede ve mevcut sağlık halini korumada yardımcı olan vitaminlerin vücudun hedef bölgelerine gönderimi ve oradaki kontrollü salınımları araştırılmaktadır. Sporcu performansında önemli bir yere sahip olan vitaminler nanoteknolojik uygulamalarda önem kazanmaktadır. Güncel çalışmalarda vitaminlerin vücutta eser miktarlarda oluşturulması ya da üretilmemesi sebebiyle, nanoparçacık temelli güdümlü sistemlerin tasarlanması, sentezlenmesi ve vitaminlerin hedef bölgede kontrollü salınımlarının gerçekleştirilmesi ile terapötik etkilerinin geliştirilmesi amaçlanmaktadır. Bu çalışmalar arasında özellikle, kas-iskelet sistemi ve bağışıklık sistemindeki birçok biyolojik süreçte kritik görevi bulunan D vitamini oldukça ilgi görmektedir. Çalışmamızda, sporcu sağlığı ve performansında etkili olan, yağda çözünen ve oksidasyona duyarlı olan D vitamininin, nano bir yapıya hapsedilmesi ve hedef bölgede kontrollü salınımına ilişkin güncel veriler sunulacaktır.

The Relationship Between Vitamin D And Athlete Performance In Current Nanotechnological Applications

A more generalized description of nanotechnology was subsequently established by the National Nanotechnology Initiative, which defines nanotechnology as the manipulation of matter with at least one dimension sized from 1 to 100 nanometers. Nanoparticle based therapeutics is the category of medicine concerned with the use of nanotechnology and also can be defined as the medical application of nanotechnology. Nanoparticle based systems are utilized to achieve innovation in healthcare. These applications range from sports to health and enable performance improvement, early diagnosis, prevention and treatment of diseases. One of the breakthroughs in nanotechnology is targeted drug delivery systems with high drug loading capacity, excellent reaching mechanism, controlled release of active ingredients and low toxic metabolism pathways. In the recent years, delivery of certain vitamins to the target sides of the body have attracted much attention. Due to their bioactive and essential properties for human health as they support the body to grow and develop. Also, they can prevent diseases and to assist the health. But, they are either occured in minor amounts or not produced in the body. Vitamins, which have an important place in athlete performance, gain importance in nanotechnological

applications. Therefore, there should be more preclinical and clinical assessments of novel nanoparticle based systems. Especially vitamin D gets much attention due to its critical duty to many biological processes in the musculoskeletal system and ımmune system. Further, vitamin D supports intestinal absorption of calcium and its retention. But, it can be sensible to degradation as most of the other vitamins. It is a fat soluble vitamin and is sensitive to oxidation. In this study, the most novel advances and approaches of controlled release of vitamin D will be presented.

SB132

KAFEİN VE KARBONHİDRATIN AĞIZDA ÇALKALANMASININ KADIN SPORCULARDA KASSAL VE BİLİŞSEL PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Raci Karayiğit*, [1]Gülfem Ersöz**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** racikarayigit@hotmail.com, gersoz@ankara.edu.tr*

Karbonhidrat (KARB) ve kafein (KAF) elit sporcular tarafından en fazla kullanılan spor supplementlerindendir. KARB ve KAF'ın ağızda çalkalanmasının, beynin spesifik bölgelerini uyararak sportif ve bilişsel performansı artırdığı gösterilmiştir. Bu araştırmanın amacı KARB ve KAF'ın ağızda çalkalanmasının kassal kuvvet, dayanıklılık ve bilişsel performans üzerine etkilerini ölçmektedir.

Metot: Bu araştırmaya, 16 kuvvet-antrenmanlı kadın katılmıştır. Alışma test gününün ardından, randomize, çapraz döngülü, karşıt dengeli araştırma dizaynı ile katılımcılar toplam 4 test gününe katılmışlardır: 25 ml. su ile birlikte 6% (1.5 gr.) w/v KARB ağız çalkalama (CMR), su ağız çalkalama (PLA), %1.2 KAF ağız çalkalama (CAFMR) ve kombine 6% KARB – 1.2% KAF ağız çalkalama (CCMR). 10 saatlik gece boyu açlığın ardından, skuat ve bench press 1 tekrar maksimum (1TM), tükenene kadar 3 setlik 40% 1TM şiddetinde kassal dayanıklılık 2 saniye konsantrik, 2 saniye egzentrik tempo ile ve egzersizler arasında 5 dakika pasif dinlenme ile birlikte belirlendi. Kuvvet, dayanıklılık ve bilişsel ölçümler öncesinde, katılımcılar 10 saniye ağız çalkalama yapmışlardır. Test protokolü boyunca, kalp atımı(kah), laktat(la), glikoz(gli), uyarılmışlık (uy), rpe ve Flanker Task ile bilişsel performans ölçülmüştür. Verilerin analizinde, tek ve çok yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Sonuçlar: Skuat ve bench press kuvvet, bench press dayanıklılık, kah, la, gli, uy ve rpe verilerinde denemeler arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Fakat skuat dayanıklılık ve bilişsel performans, KAF ve KARB ağız çalkalama denemesinde anlamlı derecede artmıştır.

Tartışma: Bu araştırma, kombine KARB ve KAF (CCMR) ağızda çalkalanmasının skuat dayanıklılık performansı üzerine anlamlı etkisi olduğunu göstermiştir. Ayrıca, test sonrası bilişsel performans kombine KAF ve KARB (CCMR) denemesi ile anlamlı derecede artmıştır. Gelecekteki araştırmalarda, kombine KAF ve KARB ağız çalkalamanın kassal ve bilişsel performans üzerine etkisi, tok karna ve daha fazla kuvvet egzersizi ile birlikte incelenmelidir.

Anahtar sözcükler: Kafein, Karbonhidrat, Çalkalama, Ergojenik

The Effects Of Caffeine And Carbohydrate Mouth Rinsing On Muscular And Cognitive Performance In Female Athletes

Carbohydrate (CHO) and caffeine (CAF) are the most used sports supplements by elite athletes. It has been shown that CHO and CAF mouth rinsing can improve sport and cognitive performance by stimulating specific brain regions. The aim of current research was to investigate the effect of rinsing of CHO and CAF on muscular strength, endurance and cognitive performance.

Method: Sixteen resistance trained female participated in this research. After the familiarization test day, participants participated in a total of 4 test days with a randomized, counterbalanced, crossover study design: 6% (1.5 gr.) w/v CHO mouth rinse (CMR) with 25 ml water, mouth rinse with water (PLA), %1.2 CAF mouth rinse (CAFMR) and combined %6 CHO, %1.2 CAF mouth rinse (CCMR). After a 10-hour night fasting one repetition maximum (1RM) was determined for squat and bench press strength and %40 1RM strength endurance test over a 3 sets until repetition to failure with 2 seconds eccentric and 2 seconds concentric phase with 5 min. passive rest between exercises. Prior to strength, endurance and cognitive measurements, participants rinsed the solutions in their mouths for 10 seconds. During the test protocol heart rate (hr), lactate (la), glucose (glu), felt arousal (fa), rpe and cognitive performanc with Flanker Task were measured. In the analysis of the data, single and two-way repeated measures analysis of variance were used.

Results: No significant differences were detected between trials as for squat and bench press 1RM, bench press strength endurance, hr, glu, la, fa, rpe ($P>0.05$). However, sqaut endurance and cognitive performance were improved with combined CAF and CHO rinsing.

Discussion: This research showed that combined carbohydrate and caffeine rinsing have a significant effect on squat endurance and post- test cognitive performance. Combined effect of CHO and CAF mouth rinsing on muscular and cognitive performance should be investigated in the fed state with more resistance-exercises.

Keywords: Caffeine, carbohydrate, rinsing, ergogenic

SB143

AMATÖR Ve ELİT FUTBOLCULARIN ERGOJENİK YARDIM KULLANIMI HAKKINDAKİ BİLGİ DÜZEYLERİNİN ÖLÇÜLMESİ

[2]Halil Çolak, [1]Cemre Didem Eyipınar, [1]Serap Atay, [2]Emre Karaman, [2]Ersin Atlı

[1]Giresun Ün.Sağlık Bil.Enst. Giresun
[2]Giresun Ün.Spor Bil.Fak. Giresun

Email : *halil.colak@giresun.edu.tr, i1881cemre@ gmail.com, serapatay3838@gmail.com, emrekaraman2844@gmail.com, atliersin29@gmail.com*

Bu çalışmada amatör ve profesyonel liglerde oynayan futbolcuların ergojenik yardımcılar hakkındaki bilgi düzeylerinin tespiti amaçlanmıştır. Çalışmaya Giresun İlinde toplam 102 futbolcu, gönüllülük esasına uygun olarak iştirak etmiştir. Çalışmaya iştirak eden futbolcuların 17 tanesi (% 16.6) PTT 1. Lig oyuncusu olup 85 'i (% 83.4) Süper amatör lig oyuncusudur. Yaş aralıkları geniş tutulmuştur (16 yaşından küçük ve 29 yaşından büyüktür). Veriler, ergojenik yardımcılar bilgi düzeyi anketinin uygulanmasıyla elde edildi. Veriler SPSS programında yüzde ve frekans olarak değerlendirildi. Çalışmaya katılan futbolcuların spor yılı 3 -12 üstü olarak saptanmıştır. Katılımcıların % 70.6 sı ergojenik yardımcı kullandığını, %22.5 internet ya da spor salonlarından, %20.6 sı kulüp doktorundan temin ettiklerini, bu konudaki bilgi kaynakları olarak %24.5 i arkadaşlarını, % 21.6 sı da antrenörlerini işaret etmişlerdir. Katılımcıların %42. 2 si bu konuda bilgi sahibi olduklarını,%47. 1 i ergojenik yardımcı kullanmaya başladıktan sonra sportif performansının artmadığını ifade ederken arttı diyenler %16.7 de kalmıştır. Psikolojik etki sağladı diyenler Sadece %33.3 iken, sağlamadı diyenler %45.1 dir. Çalışmaya katılan sporcuların %53.9 u ergojenik yardımcıların yan etkilerini bilmeden kullandıklarını ifade etmişlerdir. Çalışmaya katılan sporcuların % 27.5 'i ergojenik yardımcıyı tedavi amaçlı kullandığını belirtmiştir. Tedavi amaçlı ergojenik yardımcı kullananlar bunun tedaviye cevap verdiğini ifade etmişlerdir. Bu çalışmada besinsel ergojenik yardımcı kullananların oranı %39.2, psikolojik ergojenik yardımcı kullananların oranı %15.7 dir. Bu çalışmada besinsel ergojenik yardımcı kullanımının performansı en çok artıran tür olduğunu düşünenler %35.3 tür.

Bu bulgular ışığında; başta futbolcular olmak üzere için ergojenik yardımcı kullanımıyla ilgili bilgilerin artırılması için kullanım ve yan etkileri konusunda koçlar ve kulüp yönetimi tarafından seminerlerin düzenlenmesinin faydalı olacağı söylenebilir. Anahtar kelime : Futbolcu, ergojenik yardımcı, sportif performans

MEASURING THE KNOWLEDGE LEVEL OF AMATEUR AND ELITE FOOTBALL PLAYERS ABOUT THE USE OF ERGOGENIC SUPPORTS

It is aimed to determine the knowledge level of ergogenic supports of football players playing in these amateur and professional leagues. A total of 102 football players in Giresun, participating in the investigation on a voluntary basis. 17 (16.6%) of the footballers who participated in the study were PTT 1st League players and 85 (83.4%) were Super Amateur League players. Age ranges are broad (less than 16 and over 29). The question was obtained by performing the ergogenic aids knowledge level questionnaire. This was evaluated as a percentage and frequency in the SPSS program. The sports year of the players participating in the study was determined to be 3 -12 above. 70.6% of the resultant stated that they obtained their ergogenic supports expressions, 22.5% from the internet or fitness hall and 20.6% from the club doctor, 24.5% and 21.6% of them indicated their trainers as sources of information on this issue. 42.2% of the participant had information on this subject, 47.1% stated that their sportive performance did not increase after they started using an ergogenic

supports, and it was 16.7%. Those who say it provided psychological effect are only 33.3%, while those who say it did not provide it is 45.1%. 53.9% of the athletes participating in the study stated that they used ergogenic supports unknowingly. 27.5% of the athletes participating in the study stated that they used the ergogenic supports for treatment. Those who use ergogenic supports for therapeutic purposes stated that they responded to the treatment. The rate of those who use this nutritional ergogenic supports is 39.2%, the rate of those who use psychological ergogenic aid is 15.7%. 35.3% of those who think that this nutritional ergogenic aid is used. In the light of these findings; It can be said that the seminars by the management on the use and side effects will be beneficial to increase the promise about the use of ergogenic supports, especially for the unpublished football players.

Key Words: Football players, ergogenic support, sportive performance

SB195

FARKLI YAŞ GRUPLARINDA YARIŞAN FUTBOLCULARIN ANTRENMAN SIRASINDA SIVI ALIMI VE HİDRASYON DURUMLARI

[1]Bayram CEYLAN

[1]Antrenörlük Eğitimi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

Giriş ve Amaç: Literatürde kilo kategorisine göre yarışılan spor branşlarındaki sporcuların hidrasyon durumlarını inceleyen birçok çalışma olmasına rağmen, futbol gibi takım sporlarında ve özellikle farklı yaş gruplarının hidrasyon durumlarının karşılaştırıldığı çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla, bu çalışmanın amacı U21 ve U15 yaş kategorilerinde yarışan erkek futbolcuların bir egzersiz sırasında sıvı alımlarının ve hidrasyon durumlarının takibi ve karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 30 adet U21 (yaş=21±1, boy=1,82±0,1, kilo=80,6±13,7, VKİ=24,3±5, spor yaşı=9,6±2,2) ve 35 adet U15 (yaş=13±0, boy=1,69±0,1, kilo=63,4±14,4, VKİ=21,8±3,3, spor yaşı=4,0±1,1) yaş gruplarından olmak üzere toplamda 65 sporcu katılmıştır. Sporcuların hidrasyon durumları digital refraktometre ile USG olarak belirlenmiş ve antrenman boyunca sıvı alımları takip edilmiştir. Verilerin analizi SPSS 23 programı ile yapılmış olup, veriler normal dağılım gösterdiği için grupların karşılaştırılması Bağımsız Değişkenlerde T Testi ile yapıldı ($p<0.05$).

Bulgular: Büyük yaş kategorisindeki sporcuların antrenman öncesi USG değerleri 1.020±.005 iken antrenman sonunda 1.015±.008 olarak tespit edildi. Genç yaş grubundaki sporcuların ise antrenman öncesi 1.020±.006 olarak belirlenirken, antrenman sonrası 1.023±.005 olarak belirlendi. Antrenman öncesi büyük sporcuların %50'si hidre durumda iken diğer yarısı dehidre durumda idi, küçük yaş grubunda ise sporcuların %60'ı dehidre durumda iken %40'ı hidre durumda idi. Antrenman boyunca sporcuların ortalama sıvı alımları sırasıyla 0.34±0.10 litre ve 0.24±0.06 litreydi. Sporcuların antrenman sonu USG değerleri değerlendirildiğinde ise, büyük yaş grubunun %33,3'ü hidre iken %66,7'si dehidre ve küçük yaş grubunun %86,7si dehidre iken %13,3'ü hidreydi.

Sonuç: U21 yaş grubunun sadece yarısı antrenmana dehidre başlarken, U15 yaş grubunun çoğunluğu antrenmana dehidre başladı. Sporcuların antrenman sırasındaki sıvı alımları oldukça azdı ve antrenman sonunda her iki gruptaki sporcuların çoğu dehidre olarak tanımlandı. Ancak gruplar karşılaştırıldığında, büyük yaş grubunun daha az dehidre olduğu ve bunun küçük yaş kategorisindeki sporcuların henüz hidrasyonun önemi konusunda bilinçli olmadıklarından kaynaklanabileceği söylenebilir. Sporcuların hidrasyon konusunda bilinçlendirilmesi ve sahada sıvıya ulaşım imkanlarının arttırılması gerekmektedir.

Fluid Intake And Hydration Status Of Football Players From Different Ages During Training

Introduction and Aim: Although there are many studies in the literature that examine the hydration status of athletes in sports where athletes compete according to weight category, there is no study comparing the hydration status of different age groups in team sports such as football. Therefore, the aim of this study was to monitor and compare the fluid intake and hydration status of male soccer players in the U21 and U15 age categories during an exercise.

Method: The study included 30 U21 (age = 21 ± 1, height = 1.82 ± 0.1, weight = 80.6 ± 13.7, BMI = 24.3 ± 5, sports age = 9.6 ± 2, 2) and 35 U15 (age = 13 ± 0, height = 1.69 ± 0.1, weight = 63.4 ± 14.4, BMI = 21.8 ± 3.3, sports age = 4.0 ±1,1). A total of 65 athletes voluntarily participated. The hydration status of the athletes was determined as USG with a digital refractometer and their fluid intake was monitored throughout the training. The analysis of the data was made with the SPSS 23 program, and the comparison of the groups was done by the Independent Variables T Test ($p < 0.05$).

Results: While USG values of the athletes in the older age category were 1.020 ± .005 before training, it was 1.015 ± .008 at the end of the training. While the USG in the young age group were determined as 1.020 ± .006 before training, it was determined as 1.023 ± .005 after training. While 50% of the older athletes were in a hydrated state before training, the rest was dehydrated. While 60% of the athletes in the younger age group were dehydrated, 40% were hydrated. The average fluid intake of the athletes during the training was 0.34 ± 0.10 liters and 0.24 ± 0.06 liters, respectively. When the USG values of the athletes were evaluated at the end of the training, 33.3% of the older age group was hydrated while 66.7% of the older age group was dehydrated and 86.7% of the younger age group was dehydrated and 13.3% was hydrated.

Conclusion: While only half of the U21 age group started training dehydrated, the majority of the U15 age group started training dehydrated. The fluid intake of the athletes during training was very low, and at the end of the training, most of the athletes in both groups were defined as dehydrated. However, when the groups are compared, it can be said that the older age group is less dehydrated and this may be due to the fact that athletes in the younger age category are not yet aware of the importance of hydration. It is necessary to raise awareness of athletes about hydration and increase their access to liquid in the field.

SB214

YETİŞKİN FUTBOLCULARIN COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİ ÖNCESİ VE İÇERİSİNDEKİ VÜCUT KOMPOZİSYONLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ VE LİGLER ARASI KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Can Selim Yılmaz*, [1]Beril Köse, [2]Savaş Kudaş**

[1]Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme Ve Diyetetik, ANKARA
[2]Gençlerbirliği Spor Kulübü, ANKARA

Giriş ve Amaç: Yüksek şiddetli uzun süreli egzersiz programı uygulayan profesyonel futbolculara ait antropometri değerlerinin; sporcunun sahaya geri dönüş süresinde, eski performansını yakalamasında, sakatlık riskinde ve performans çıktılarında oldukça önemli olduğu bilinmektedir. Araştırmanın amacı, ülkemizde COVID-19 tedbirleri kapsamında alınan önlemler neticesinde, Gençlik ve Spor Bakanlığının tüm spor müsabakalarına ara verme kararının profesyonel futbolcuların vücut kompozisyonları üzerindeki etkilerini saptamak ve ligler arasındaki farklılıkları karşılaştırmaktır.

Yöntem: Bu çalışma, Türkiye Futbol Federasyonu Süper Lig ve 1. Lig' de yer alan iki futbol kulübünün vücut kompozisyonuna ait verilerinin (Türkiye Futbol Federasyonu 2019-2020 sezonu) geriye dönük incelenmesi şeklinde planlanmıştır. Çalışmanın örneklem grubu, bu iki takımda oynayan 18-35 yaş arası tüm profesyonel futbolcular olarak belirlenmiştir. Kullanılan veriler, her iki takımda da sezon boyunca her ay periyodik olarak aynı yöntem ile alınmıştır. Bireylere ait antropometrik ölçümler kayıtlara bakılarak sezon başı (2019 ağustos), pandemi başlangıcı öncesi (2020 şubat) ve liglere verilen aranın hemen arkası (2020 haziran) verileri olacak şekilde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Süper lig takımının sezon başı, pandemi arası öncesi ve sonrası vücut yağ yüzdeleri sırasıyla %7.60 ± 1.51, %7.56 ± 1.41, %7.57 ±1.51 olarak bulunmuştur ($p>0.05$). Birinci ligde yer alan diğer takımın vücut yağ yüzdeleri ise aynı sıra ile %7.23 ± 0.85, %7.06 ± 0.84, %7.54 ± 1.18 olarak saptanmıştır. Bu takımın pandemi öncesi ve sonrası ölçümleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p<0.05$). Her iki takımın aynı zamana ait vücut yağ yüzdeleri benzerdir ($p>0.05$).

Sonuç: Bu çalışmada; yüksek şiddetli uzun süreli egzersiz programı uygulayan profesyonel futbolcularda COVİD-19 önlemleri kapsamında verilen ara nedeniyle fiziksel aktivite düzeylerinin ve beslenme düzenlerinin değişmesi sebebiyle vücut kompozisyonlarında değişiklikler meydana geldiği görülmüştür. Bu değişikliklerin; sporcunun sahaya geri dönüş süresinde, eski performansını yakalamasında, sakatlık riskinde ve performans çıktılarında oldukça önemli olduğu bilinmektedir. Bu nedenle devam etmesi öngörülen pandemi sürecinde sporculara yönelik bireysel beslenme danışmanlığının, vücut kompozisyonunda meydana gelen/gelecek olan olumsuz etkileri azaltmada etkili olabileceği düşünülmektedir.

Body Composition Assessment Of Adult Football Players Before And Within The Covıd-19 Pandemic Process And Comparing Between Leagues

Introduction and Aim: It is known that the anthropometry values of professional football players is very important in the return period of the players to the field, in catching his previous performance, in injury risk and performance

outcomes. The aim of this study is to determine the effects of interim decisions given to leagues on body composition of professional football players and to compare the differences between leagues.

Method: This study was planned as a retrospective analysis of the body composition data (2019-2020 season) on totaly 50 professional football players aged between 18-35 with similar demographic characterictics who are playing at a football clubs in Türkish Football Federation Super League (n=25) and 1th League (n=25). The anthropometric data were taken with the same method periodically every month in both teams throughout the season. Anthropometric measurements of individuals were evaluated at the beginning of the season (August 2019), before the pandemic began (February 2020) and immediately after the break given to the leagues (June 2020).

Results: Body fat percentages of the super League team at the beginning of the season, before and after the pandemic were %7.60 ± 1.51, %7.56 ± 1.41, %7.57 ± 1.51, respectively ($p > 0.05$). Body fat percentages of the 1th league team were determined as %7.23 ± 0.85, %7.06 ± 0.84, %7.54 ± 1.18, respectively. The difference between the measurements of before and after the pandemic is statistically significant in 1th league team ($p < 0.05$). Body fat percentage averages of both teams are similar for the same period data ($p > 0.05$).

Conclusion: In this study; It has been observed that changes in body composition in professional football players during the interim period given within the scope of COVID-19 measures. For this reason, it is thought that individual nutritional counseling for players during the pandemic process that is predicted to continue can be effective.

SB218

ÜNİVERSİTE SEVİYESİNDEKİ JUDOCULARIN ANTRENMAN SIRASINDAKİ SIVI ALIMLARI VE HİDRASYON DURUMLARI

***[1]Dilek Şahin*, [1]Bayram Ceylan**

[1]Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu

Email : *sahindilek2019@gmail.com, bceylan@kastamonu.edu.tr*

Giriş ve amaç: Dehidrasyon vücut sıvısındaki eksilme olarak tanımlanır ve sağlığın yanısıra spor performansı üzerine olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir. Judo kilo kategorisine göre yarışılan bir spor olduğu için sporcular genellikle hızlı kilo kaybı yöntemlerine başvurmaktadır ve dehidrasyona maruz kalmaktadırlar. Dolayısıyla, judocuların hidrasyon durumlarının incelenmesi sağlıkları ve performansları açısından önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı üniversite seviyesindeki judocuların antrenman sırasında sıvı alımları ve hidrasyon durumlarını incelemekti.

Yöntem: Çalışmaya Kastamonu Üniversitesi Judo takımında yer alan 14 judocu gönüllü olarak katıldı. Sporcular antropometrik ölçümler sonrası, antrenman öncesinde ve sonrasında idrar örnekleri verdi ve vücut ağırlıkları ölçüldü. İdrar örnekleri idrar özgül ağırlığını (USG) belirlemek için kullanıldı. Ayrıca sporcuların vücut ağırlığı değişimi hesaplandı ve sıvı tüketimleri takip edildi. Verilerin analizi SPSS programı ile yapıldı. Verilerin dağılımı Shapiro-Wilk testi ile sınandı. Veriler ortalam ve standart sapma olarak ifade edildi. Sporcuların antrenman öncesi ve sonrası USG ve vücut ağırlığı değişimleri bağımlı gruplarda T test ile yapıldı. Sporcuların sıvı tüketimleri ve kilo kayıpları arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon Testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edildi.

Bulgular: Sporcuların antrenman öncesi ve sonrası USG değerlerinde anlamlı bir fark bulunmazken ($p>0.05$) vücut ağırlığı değişiminde anlamlı bir farklılık elde edildi ($p=0.00$). Antrenman öncesinde sporcuların 4'ü hidre durumda iken, 10'u dehidre idi. Antrenman sonunda ise sporculardan sadece 2'si hidre durumdaydı. Sporcuların antrenman sırasındaki kilo kaybı 0.89±0.49 kg iken sıvı tüketimleri 0.42±0.26 L idi. Sporcuların sıvı tüketimleri ile kilo kayıpları arasında negatif büyük ilişki tespit edildi ($r=-0.5$, $p=0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak, judocular antrenmana dehidre bir şekilde başlamaktadır ve antrenman sırasında bu dehidrasyonu elimine edememektedirler. Sporcuların dehidrasyonun sağlık ve performans üzerine olumsuz etkileri ve yeterli sıvı tüketimi konusunda bilgilendirilmesi önerilmektedir.

Fluid Intake And Hydration Status Of University Level Judo Athletes During Training

Introduction and purpose: Dehydration is defined as the decrease in body fluid and it is known to have negative effects on sport performance as well as health. Because judo is a sportwhere athletes compete according to weight category, athletes frequently resort to weight loss methods and are exposed to dehydration. For this reason, it is important to examine the hydration status of judo athletes for their health and performance. The aim of this study was to examine the training fluid intake and hydration status of university-level judo athletes.

Method: 14 judo athletes from Kastamonu University Judo team voluntarily participated in the study. After anthropometric measurements, athletes gave urine samples before and after training, and their body weights

were measured. Urine samples were used to determine urine specific gravity (USG). In addition, the body weight changes of the athletes were calculated and their fluid consumption was followed. The analysis of the data was carried out with the SPSS program. The distribution of data was tested with the Shapiro-Wilk test. Data are expressed as mean and standard deviation. USG and body weight changes of the athletes were done by Paired Sample T test groups. Pearson Correlation Test was used to correlate athletes' fluid consumption and weight loss. Significance level was set at 0.05.

Results: While there was no significant difference in USG values before and after training ($p > 0.05$), a significant difference was obtained in body weight change ($p = 0.00$). While 4 of the athletes were hydrated before the training, 10 of them were dehydrated. At the end of the training, only 2 of the athletes were hydrated. While the weight loss of the athletes during training was 0.89 ± 0.49 kg, their fluid consumption was 0.42 ± 0.26 L. A large negative correlation was found between the fluid consumption of athletes and their weight loss ($r = -0.5$, $p = 0.05$).

Conclusion: As a result, judo athletes started training dehydrated and cannot eliminate this situation during training. It is recommended that athletes should be informed about the adverse effects of dehydration on health and performance and importance of sufficient fluid consumption.

SB250

KANO SPORCULARINDA AEROBİK PERFORMANSIN VE TOPARLANMA PARAMETRELERİNİN FARKLI KARBONHİDRAT TÜKETİM DÜZEYLERİNE GÖRE İNCELENMESİ

[1]Aslıhan Nefes Çakar*, [1]Erkan Tortu, [1]Ebru Arslanoğlu Badem, [2]Aydın Balcı, [3]Bihter Akınoğlu, [1]Tuğba Kocahan, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Sporcu Sağlığı,Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı, Ankara
[2]Sağlık Bakanlığı Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Ankara
[3]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü,Ankara

***Email :** aslihan.nefes@gsb.gov.tr, erkan.tortu@gsb.gov.tr, ebru.arslanoglu@gsb.gov.tr, aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@yahoo.com, tugba.kocahan@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Güncel spor beslenmesi önerileri, dayanıklılık sporlarında yüksek karbonhidrat tüketimini desteklerken, son araştırmalar düşük karbonhidrat kullanılabilirliğinin, aerobik antrenmana adaptasyonu arttırabileceğini göstermiştir. Bu nedenle çalışmamızın amacı; kano sporcularında karbonhidrat tüketiminin aerobik performansa ve toparlanma parametrelerine etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 36 erkek kano sporcusu dahil edildi. Sporcuların; yaş ortalamalarının 17,2±1,9yıl; vücut ağırlığı ortalamalarının 70,3±9,3kg; boy uzunluğu ortalamalarının 174,4±7,5cm; spor yaşı ortalamalarının 4,6±1,5yıl olduğu belirlendi. Besin tüketim sıklığını belirlemek için farklı besin gruplarını içeren besin tüketim sıklığı anketi uygulandı. Sporcuların bu besinlerin her birini son 1 ay içindeki tüketim sıklıkları; her öğün, her gün, haftada 5-6, haftada 3-4, haftada 1-2, 15 günde 1, ayda veya hiç kategorilerine ayrılarak sorgulandı. Bir seferdeki tüketim miktarları ile birlikte kaydedildi. Besin tüketim sıklıkları günlük miktarlara dönüştürüldü. Beslenme Bilgi Sistemi (BEBİS) versiyon 7.2 programı kullanılarak bireylerin günlük enerji ve makro-mikro besin öğesi tüketimleri hesaplandı. Sporcuların kilogram(kg) başına günlük karbonhidrat tüketimleri hesaplanarak; düşük(3-5 g/kg), orta(6-10 g/kg) ve yüksek(10-12 g/kg) olarak gruplandırıldı. Aerobik kapasite ölçümünde 'Cosmed K5' cihazı kullanılarak koşu bandında 5 km/s sabit hızda 2 dakikalık ısınmanın arkasından her bir saniyede 0,016 km/s artan hız ve her bir dakikada %0,25 artan bir eğimde koşturuldu. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde SPSS 20.0 istatistiksel paket programı kullanıldı. Değişkenlerin normalliğinin tanımlanmasında görsel ve analitik yöntem (Shapiro-Wilk) kullanıldı. Normal dağılım göstermeyen parametrelerin gruplar arası farklılığını belirlemede Kruskal- Wallis testi kullanıldı ve anlamlılık düzeyi $p<0,05$ alındı.

Bulgular: Çalışmamızda karbonhidrat tüketimi düşük, orta ve yüksek olan gruplar arasında maksimum oksijen tüketimi ve relatif maksimum oksijen tüketimi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulundu ($p>0,05$). Karbonhidrat tüketimi düşük, orta ve yüksek olan gruplar arasında toparlanma nabzı ve düşülen nabız açısından da istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulundu ($p>0,05$). Sonuç: Kano sporcuları ile yapılan bu çalışmada; düşük, orta ve yüksek karbonhidrat tüketimi ile aerobik performansın ve toparlanma parametrelerinin değişmediği belirlendi.

Anahtar Kelimeler: Karbonhidrat,Toparlanma,Kano

Examination According To Different Carbohydrate Consumption Levels Aerobic Performance And Recovery Parameters Of Canoe Athletes

Introduction and Aim:Sports nutrition recommendations, while supporting the high consumption of carbohydrates in endurance sports, recent research of the availability low-carb has shown that aerobic training to increase adaptation.The aim of our study is to examine the effect of aerobic performance and recovery parameters of carbohydrate consumption in canoe athletes.

Method:A total of 36 canoe male athletes(mean age,17,2±1,9 years) were included in this study.It was determined that athletes'body weight 70,3±9,3 kg; height 174,4±7,5 ; sports age 4,6±1,5 years.A survey including of different food groups was conducted to determine the frequency of food consumption.The frequency of consumption each of these foods of athletes in the last 1 month;each meal, every day,5-6 per week,3-4 per week,1-2 per week,once every 15 days,monthly or nothing was guestioned by dividing to categories.The frequency of food consumption has been converted into daily quantities.Daily energy and macro-micro nutrient consumption of individuals were calculated using the Nutrition Information System (BEBİS) program.Daily carbohydrate consumption per kilogram (kg) of athletes is calculated; it was grouped as low (3- 5 g/kg),medium (6-10 g/kg) and high (10-12 g/kg). For measuring aerobic capacity, 'Cosmed K5' was used.SPSS 20.0 statistical package program was used for statistical analysis of the data.Visual and analytical method (Shapiro-Wilk) was used to define the normality of variables. Statistical analysis of between group differences was performed using Kruskal-Wallis tests for non-parametric data.The level of significance was determined $p<0.05$.

Result:Between the groups with low, medium and high carbohydrate consumption in our study, with maximum oxygen consumption and relative maximum oxygen consumption no statistically significant difference was found($p>0,05$).Between the groups with low, medium and high carbohydrate consumption in our study, with recovery and falling pulse no statistically significant difference was found($p>0,05$).Conclusion:In this study with canoe athletes, with low, medium and high carbohydrate consumption aerobic performance and recovery parameters have not changed.

SB251

KARATE SPORCULARININ YEME BOZUKLUĞU RİSKLERİ ILE VÜCUT KOMPOZİSYONLARI ARASINDAKİ ILİŞKİNİN INCELENMESİ

[1]Ebru Arslanoğlu Badem, [1]Aslıhan Nefes Çakar, [2]Aydın Balcı, [3]Bihter Akınoğlu, [1]Tuğba Kocahan, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Sporcu Sağlığı,Performansı Ve Hizmet Kalite Standartları Daire Başkanlığı, Ankara
[2]Sağlık Bakanlığı Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Ankara
[3]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü,Ankara

Email : *ebru.arslanoglu@gsb.gov.tr, aslihan.nefes@gsb.gov.tr, aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@yahoo.com, tugba.kocahan@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Giriş ve Amaç: Yeme bozuklukları, yeme davranışının ileri düzeyde bozulduğu psikiyatrik bozukluklardır. Sporcuların spor dalı ve vücut kompozisyonu gibi değişkenlere göre bozulmuş yeme davranışı düzeyleri farklılık gösterebilmektedir. Bu çalışmanın amacı, karate sporcularının (kata ve kumite branşları) yeme bozukluğu riskleri ile vücut kompozisyonları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 24'ü erkek ve 19'u kadın olmak üzere toplam 43 sporcu dahil edildi. Sporcuların ortalama yaşlarının 17.16 ± 1.48yıl, vücut ağırlıklarının 64.5 ± 11.28kg, boy uzunluklarının 170.76 ± 9.09cm olduğu belirlendi. Sporcuların yeme bozukluğu durumu "Yeme Bozukluğu Değerlendirme Ölçeği (YBDÖ) " ile vücut kompozisyonları Biyoelektrik Empedans Analizi (BİA) ile değerlendirildi. Biyoelektrik Empedans Analizi sonucunda vücut yağ yüzdesi (VYY), vücut yağ kütlesi (VYK), yağsız vücut kütlesi (YVK) değerleri çalışmaya dahil edildi. Sporcuların YBDÖ toplam puanları ve ölçeğe ait 5 alt ölçek [(Kısıtlama (YBDÖ-K), Yeme ile İlgili Endişeler (YBDÖ-YİE), Beden Şekli ile İlgili Endişeler (YBDÖ-BŞİE), Kilo Endişeleri (YBDÖ-KE) ve Binge Eating (YBDÖ-BE)] puanları hesaplandı. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanıldı. Değişkenlerin normalliğinin tanımlanmasında görsel ve analitik yöntem (Shapiro-Wilk) kullanıldı. Normal dağılım göstermeyen parametrelerin gruplar arası farklılığı belirlenirken Mann-Whitney U testi, değişkenler arasındaki ilişki düzeyi belirlenirken Spearman korelasyon testi kullanıldı. Yapılan istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak belirlendi.

Bulgular: Kata ve kumite branşlarında müsabakalara katılan sporcuların YBDÖ toplam puanları, ölçeğe ait 5 alt ölçek puanı ve vücut kompozisyon ölçümleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$).Kumite sporcularının YBDÖ-K puanları ile VYY arasında negatif yönde iyi düzeyde korelasyon olduğu bulundu ($p<0.05$). Kata sporcularında ise YBDÖ-K puanları ile VYY negatif yönde iyi düzeyde ve YBDÖ-KE puanları ile VYY arasında pozitif yönde iyi düzeyde korelasyon olduğu bulundu ($p<0.05$).

Sonuç: Çalışmamızın sonucunda her iki branşta yarışan sporcularda, vücut yağ yüzdesinin artmasıyla kısıtlayıcı yeme davranışında artış olduğu ve görselliğin ön planda olduğu kata sporcularının vücut yağ yüzdelerinin artışıyla kilo endişelerinin arttığı bulundu.

Anahtar kelimeler: Kata, kumite, yeme bozukluğu, vücut kompozisyonu

Examination Of The Relationship Between Body Composition With Risks Of Eating Disorder Of The Karate Athletes

Introduction and aim: Eating disorders are psychiatric disorders where eating behavior is deteriorated at an advanced level.Impaired eating behavior levels may differ from depending on such as sports branch and body composition.The aim of this study is to examine of the relationship between the risks of eating disorder with body compositions of karate athletes.

Method:A total of 43 karate athletes(mean age,17,16±1,48years) were included in this study. It was determined that athletes'body weight 64,5±11,28kg; height 170,76±9,09cm.The eating disorder status of the athletes with the 'Eating Disorders Examination Questionnaire (EDE-Q)' and body composition by 'Bioelectrical Impedance Analysis (BIA)'was evaluated.As a result of bioelectric impedance analysis;body fat percentage(BF),fat mass(FM) and fat free mass(FFM) values were included in the study.The EDE-Q total scores of the athletes and the 5 subscale scores[(Restraint, Eating,Shape,Weight Concern and Binge Eating)]of the scale were calculated.SPSS 20.0 statistical package program was used for statistical analysis of the data.Visual and analytical method(Shapiro-Wilk) was used to define the normality of variables.Variables compared using Mann-Whitney U test.As data were not normally distributed, Spearman rank correlation test was used to examine the relationship between variables.The level of significance was determined $p<0.05$.

Results:Athletes participating in competitions in kata and kumite; there was no significant difference between the EDE-Q total scores, the 5 subscale scores of the scale and body composition measurements($p>0,05$).Kumite athletes found that there is a good level of negative correlation between restraint scores with BF ($p<0.05$).In kata athletes, good level of negative correlation between restraint scores and BF($p<0.05$) and good level of positive correlation between weight concern scores and BF($p<0.05$).Conclusion: In this study with karate athletes, it was found that increase in restraint eating behavior with increased body fat percentage and weight concerns increased with the increase in body fat pecentages of the kata athletes where visuality is at the forefront.

Keywords: Kata,kumite,eating disorder,body composition.

SB258

HOKEYSPORCULARININ BESLENMEYE İLİŞKİN TUTUMUNUN İNCELENMESİ

[1]Atilla Pulur, [1]Sinem Alpakan

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *atilla@pulur.com, sinemalpakann@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporcuların performansını etkileyen temel etmenlerden biri beslenmedir. Bu bağlamda sporcuların temel besin maddelerini yeterli düzeyde tüketmesi önemlidir. Bu araştırmanın amacı; Türkiye'deki hokey sporcularının sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarını incelemektir.

Yöntem: Araştırma hokey sporu yapan 96 kadın, 108 erkek olmak üzere toplam 204 sporcu üzerinde yürütülmüş olup, veri toplama aracı olarak, Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ) kullanılmıştır. Veriles SPSS 15.0 ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Sporcuların yaş değişkeni ile beslenme hakkında bilgi alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir (r=,190; p<0,05). Erkek sporcuların beslenme hakkında bilgi puanlarının kadın sporcuların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (Z=-2,129; p<,05). Ayrıca erkek sporcuların kötü beslenme puanlarının kadın sporcular anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Z=-2,327; p<,05). Sporcuların milli sporcu olma durumu ile beslenme hakkında bilgi puanı arasında anlamlı farklılık saptanmıştır (p<0,05). Spor yaşı ile beslenme hakkında bilgi alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir (r=,190; p<0,05). Ekonomik durumu düşük olan sporcuların kötü beslenme puan ortalamalarının ($\bar{x}$=72,38), ekonomik durumu yüksek olanların ($\bar{x}$=46,68) puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Ki-Kare=5,053; p<,005).

Sonuç: Sonuç olarak; sporcuların yaşı arttıkça beslenme hakkında bilişsel donanımının da arttığı ve sağlıklı beslenme hakkında sporcuların zamanla bilgi birikiminin de arttığı görülmüştür. Erkek hokey sporcularının kadın hokey sporcularına göre beslenme hakkında daha bilgili olduğu, ancak erkek hokey sporcularının kadın hokey sporcularına göre daha kötü beslendiği, milli sporcu olanların olmayanlara göre beslenme hakkındaki bilgi düzeyinin daha yüksek olduğu ve ekonomik gelir düzeyi düşük olan sporcuların daha kötü beslendiği ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar ışığında önerimiz; Hokey sporcularının doğru beslenme davranışlarını kazanabilmeleri için, beslenmelerinin denetlenmesi gerektiği yönündedir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, hokey, tutum

EXAMINING THE HOCKEY PLAYERS' ATTITUDE TOWARDS HEALTY EATING

Introduction and aim: One of the main factors affecting the performance of athletes is nutrition. In this context, athletes must consume essential nutrients at an adequate level. This research aims to examine hockey athletes' healthy eating attitudes in Turkey.

Method: The research was conducted on 204 athletes, 96 women and 108 men, who are engaged in hockey sports, and the Attitude Scale towards Healthy Nutrition (SBİTÖ) was used as a data collection tool. Data were analyzed with SPSS 15.0. Findings A low level of positive correlation was found between athletes' age variable

and the information on nutrition sub-scale (r =, 190; p <0.05). It was found that male athletes' the information on nutrition sub-scale scores were significantly higher than female athletes (Z = -2,129; p <, 05). In addition, malnutrition scores of male athletes were found to be significantly higher than those of female athletes (Z = -2,327; p <, 05). A significant difference was found between the athletes' national status and their information on nutrition (p <0.05). A low level of positive correlation was found between sports age and information on nutrition sub-scale(r =, 190; p <0.05). It was determined that the average score of malnutrition (= 72.38) of athletes with low economic status was significantly higher than the average score of those with high economic status (= 46.68) (Chi-Square = 5.053; p <, 005).

Result: As a result, as the athletes' age increased, their cognitive competence about nutrition did as well. Accordingly, the knowledge of athletes about healthy eating grows over time. It has been revealed that male hockey athletes are more knowledgeable about nutrition than female hockey athletes, but male hockey athletes are more malnourished than female hockey athletes. Besides, national athletes have a higher level of information on nutrition than non-national athletes, and athletes with low economic income are not as well-nourished. According to these results, hockey athletes can be suggested to control their nutrition in order to gain correct nutritional behavior.

Keywords: Nutrition, hockey, attitude.

SB358

EGZERSİZ YAPAN KADINLARDA BEDEN İMAJI BAŞ ETME STRATEJİLERİ

[1]Ayşe Nur Fişek **,** ***[1]Aysel Pehlivan***

[1]Haliç Üniversitesi, İstanbul

Email : *dytaysenurfisek@gmail.com*

Egzersiz Yapan Kadınlarda Beden İmajı Baş Etme Stratejileri Beden imajı algısı, bir kişinin bedeninin duygu, tutum, bilinçli ve bilinçsiz algıları içeren zihinsel bir temsili olarak tanımlanmaktadır (Ayala ve ark., 2007). Beden imajıyla ilgili duygular, tutumlar ve düşünceler tarafsız veya olumlu olabilir. Fakat tam tersine, bazı insanlarda da bir stres kaynağı olabilirler (Callaghan ve ark, 2015). Literatürdeki vücut memnuniyeti genellikle bireyin kendi vücut görünümü, özellikle vücut şekli ve kilosu hakkındaki memnuniyet derecesi olarak tanımlanmaktadır (Holsen ve ark., 2012). Olumsuz beden imgesine sahip olan kişilerin ne tür baş etme stratejilerine başvurduklarının bilinmesinin hem beden imgesi ile hem de obsesif inanışlarla ilişkisinin bilinmesi bireylerin psikolojik gelişimine katkı sağlanması açısından önemlidir (Acarer, 2019).

Bu çalışmada, egzersiz yapan kadınların beden imajı algıları değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya Çalışma Gençlik ve Spor Bakanlığı'na Bağlı Beyoğlu Belediyesi spor salonlarında 2020 yılında aktif spor yapan 655 kadın dahil edilmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Beden İmajı Baş Etme Stratejileri Ölçeği (BİBSÖ) kullanılarak toplanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 38,24±10,95, akademik durumu orta düzeyde, refah durumu orta ve iyi düzeyde bulunmuştur. Katılımcıların BİBSÖ görünüşü düzeltme alt boyutu ortalama puanı 22,42±6,77, olumlu mantıksal kabullenme alt boyut ortalama puanı 27,33±7,31 ve kaçınma alt boyut ortalama puanı 16,99±5,97 şeklinde bulunmuştur. Akademik başarıya, refah düzeyine, annelerinin eğitim durumuna, babaların eğitim durumuna göre katılımcıların BİBSÖ görünüşü düzeltme, olumlu mantıksal kabullenme, görünüşü düzeltme alt boyut puanları arasında istatiksel farklılık bulunmuştur ($p \leq 0,05$).

Katılımcıların kardeş sayılarına göre BİBSÖ görünüşü düzeltme, olumlu mantıksal kabullenme, görünüşü düzeltme alt boyut puanları arasında istatiksel anlamda farklılık bulunmamaktadır ($p \leq 0,05$).

BİBSÖ görünüşü düzeltme alt boyut puanı ile olumlu mantıksal kabullenme alt boyut puanı arasında pozitif yönde korelasyon görülmektedir ($r=0,646$ $p=0,000$). BİBSÖ görünüşü düzeltme, olumlu mantıksal kabullenme alt boyut puanı ile kaçınma alt boyut puanı arasında zayıf düzeyde pozitif yönde korelasyon görülmektedir ($r=0,399$ $p=0,000$).

Evaulation Of Body Image Coping Strategies For Women Exercising

Body image perception is defined as a mental representation of a person's body that includes emotions, attitudes, and conscious and unconscious perceptions (Ayala et al., 2007). Feelings, attitudes and thoughts about body image can be neutral or positive. But on the contrary, they can also be a source of stress in some people (Callaghan et al., 2015). In the literature, body satisfaction is generally defined as the degree of satisfaction about the individual's own body appearance, especially body shape and weight (Holsen et al., 2012). It is important to know what kind of coping strategies people with negative body image use, and their relationship with both body image and obsessive beliefs in terms of contributing to the psychological development of individuals (Acarer, 2019).

In this study, it was aimed to evaluate the body image perceptions of women who exercise. Trying to Work 655 women engaged in active sports in 2020 in Beyoglu Municipality sports halls affiliated with the Ministry of Youth and Sports were included. The data were collected using the Personal Information Form, Body Image Coping Strategies Scale (BİCSS). The average age of the participants was 38.24 ± 10.95, their academic status was moderate, their welfare status was medium and good. Participants' mean score of the BİCSS appearance correction sub-dimension was 22.42 ± 6.77, positive logical acceptance sub-dimension mean score was 27.33 ± 7.31, and avoidance sub-dimension mean score was 16.99 ± 5.97. A statistical difference was found between the sub-dimension scores of the participants in terms of academic achievement, welfare, educational status of their mothers, and educational status of the fathers ($p \leq 0.05$).

According to the number of siblings of the participants, there is no statistically significant difference between the appearance correction, positive logical acceptance, and appearance correction sub-dimension scores ($p \leq 0.05$).

• There is a positive correlation between the BİCSS appearance correction sub-dimension score and positive logical acceptance sub- dimension score ($r = 0.646$ $p = 0.000$). • There is a weak positive correlation between the improvement in appearance, positive logical acceptance sub-dimension and avoidance sub-dimension score ($r = 0.399$ $p = 0.000$).

SB380

KARBONHİDRAT VE KAFEİN KOMBİNASYONUNU AĞIZDA ÇALKALAMANIN ANTRENE ERKEKLERDE ANAEROBİK PERFORMANSA ETKİSİ

***[1]Hatice Nilay KARUK*, [2]Gülbin RUDARLI NALÇAKAN**

[1]Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir
[2]Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

***Email :** hnilaykaruk@gmail.com, gulbinrn@gmail.com*

Spor bilimlerinde son dönemlerin merak edilen konulardan biri, sportif performans üzerinde karbonhidrat (KH) ve kafeinin (KAF) 'ağızda çalkalama' yöntemi ile ergojenik etkileri gelmektedir. Bu yöntemin dil ve ağız boşluğundaki kemoreseptörleri harekete geçirmesi ile, beyindeki motor aktivitenin ödül, motivasyon ve regülasyonunda yer alan merkezlerin uyarılması sonucunda oluştuğu düşünülmektedir. Literatürde "ağızda KH çalkalama" ve "ağızda KAF çalkalama" yöntemiyle ilgili özellikle anaerobik performans üzerinde az sayıda çalışma bulunmaktadır ve tekrarlı sıçrama performansı üzerine etkisine bakılan bir çalışma yoktur. Bu çalışmanın amacı, antrene sporcularda ağızda sadece KH (%6,4 maltodekstrin çözeltisi), sadece KAF (%1,2 kafein çözeltisi), KH (%6,4) ve KAF (%1,2) kombinasyonu çözeltisini ağızda çalkalamanın tekrarlanan sıçrama performansı üzerindeki etkilerini araştırmaktır. Bu laboratuvar çalışması tekrarlı, tek kör, plasebo-kontrollü ve çaprazlama dizaynına sahiptir. Ulusal ve uluslararası düzeyde güç sporlarında yarışmacı 8 erkek katılımcı (yaş ort 22,3 yıl) çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular en az 24 saat ara ile sabah 08.00- 11.00 arasında uyum seansı ve test seansları olmak üzere toplam 5 kere gece açlığı ile laboratuvara gelmiştir. KH, KAF, plasebo (sakarin) veya KH+KAF kombinasyonu solüsyonundan oluşan 25 ml'lik 4 farklı çözeltiden biri 10 saniye ağızda çalkalanmış, ardından 5 dk arayla 2 kez 30 saniyelik tekrarlı dikey sıçrama testi gerçekleştirilmiştir. Farklı uygulama seanslarındaki tekrarlı sıçrama testlerine ait doruk güç çıktısı, dikey sıçrama yüksekliği (H), kalp atım hızı, kan laktat düzeyi (LA), yorgunluk indeksi (Yİ) ve algılanan zorluk derecesi (AZD) karşılaştırıldı. Hmin, Hort, AZD'de KAF, KH ve KH+KAF uygulamalarında; Yİ'nde ise KAF ve KH uygulamalarında iki ölçüm arasında anlamlılık bulundu ($p<0,05$). 4 × 2 (Uygulama × Sıçrama Serisi) tekrarlı ölçümlerde iki yönlü ANOVA sonuçları anlamlı bir etkileşimin olmadığını gösterdi. Elde edilen sonuçlar, KAF, KH ve KH+KAF ağızda çalkalama yöntemlerinin ardışık gerçekleştirilen tekrarlı sıçrama performansına olumlu etkisinin olmadığını gösterdi.

Effects Of Carbohydrate And Caffeine Combination Mouth Rinse On Anaerobic Performance Of Highly Trained Male Athletes

Ergogenic effects of carbohydrate and caffeine 'mouth rinse' method on sports performance are one of the most interesting issues in sports sciences in recent years. It is thought that this method activates chemoreceptors in the tongue and oral cavity and stimulates the centers involved in reward, motivation and regulation of motor activity in the brain. In literature, there are few studies on a "carbohydrate (CH) mouth rinse" and "caffeine (CAF) mouth rinse" methods especially on anaerobic performance, and there is no study on its effect on repetitive jump performance. The aim of this study was to investigate the effects of mouth rinse of CH (6% maltodextrin solution), CAF (1.2% caffeine solution), and CH (6%) and CAF (1.2%) combination solution on repeated jumping performance in trained athletes. This laboratory study has a repetitive, single-blind, placebo-controlled and crossover design. National and international level 8 male participants (mean ages 22,3 year) competing in power sports participated in the study voluntarily. The athletes came to the laboratory in fasting condition with a total of 5 times with a minimum of 24- hour intervals between 8.00-11.00 am for familiarization and test sessions. One of

the 4 different solutions of 25 ml consisting of CH, CAF, placebo (saccharin) or CH +CAF combination solution was rinsed in the mouth for 10 seconds, followed by a 30 sec repeated vertical jump test twice with 5 min interval. The peak power output, vertical jump height (H), heart rate, blood lactate level (LA), fatigue index (FI) and rate of perceived exertion (RPE) of the repeated jump tests for different application sessions were compared. There was a significant difference for Hmin, Hmean, RPE in CAF, CH, CH+CAF; for FI in CAF and CH applications between repeated jump tests ($p < 0.05$). Two-way ANOVA results showed no significant interaction in 4 × 2 (Application × Jump Series) repeated measurements. The results showed that the mouth rinse methods of CAF, CH and CH + CAF did not have a positive effect on successive repeated jump performance.

SB387

MİTOKONDRİYAL ENZİMATİK KOMPLEKSLERDEKİ KOFAKTÖR ALFA LİPOİK ASİT VE SİRTUİN-1' İN EGZERSİZ METABOLİZMASINA ETKİSİ

***[1]Cemre Didem Eyipınar*, [2]Eser Ağgön, [2]Sibel Tetik Dündar**

[1]Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, GİRESUN
[2]Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ERZİNCAN

***Email :** i1881cemre@gmail.com, eseraggon@gmail.com, s_tetik55@hotmail.com*

Bu çalışma, Alfa Lipoik Asit (α-lipoik asit / tiyoktik asit / ALA) ve Sirtuin-1'in (SIRT1) egzersiz yoluyla aktive olan metabolizmal reaksiyonların biyokimyasal açıdan incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yaşam süresi, lipit metabolizması, glikoz metabolizması, mitokondriyal aktiviteler ve kardiyovasküler sisteme doğrudan ve dolaylı olarak etkileri bulunan ALA ve SIRT1, egzersiz metabolizması açısından etkilerinin belirlenmesi hem sağlıklı yaşam hem de sporcu performansı açısından dikkate alınması ve birçok etken gibi üzerinde durulması gereken faktörler olduğundan bu çalışmada incelemeye yer verilmiştir. ALA, doğal bir antioksidan olup, günlük besin ve enerji dengesine ek olarak organizmanın ürettiği ve dışardan alınabilen, sağlıklı yaşam ve organizmanın metabolizmal süreçlerine destek olan bileşiktir. Yedi farklı sirtuin arasında araştırmalara daha yoğun olarak konu olmuş olan ve en dayanıklı deasetilaz faaliyeti gösteren SIRT ailesi üyesi SIRT1' dir. SIRT1, enerji metabolizması ve yaşlılık süreciyle birlikte oluşan hastalıklarla ilgili olan, yaşam süresinde etkin bir proteindir. Bu araştırmada, konu ile ilgili ele alınan parametrelerin temel bilgilerle tanımlanması ve yapılan güncel çalışmalarla desteklenmesini içeren, birçok farklı kaynağın taranması, incelenmesi ve sonuçlarının yorumlanmasına dayalı mikro-analiz derleme / inceleme yöntemi kullanılmıştır. Literatür taramasında, PubMed, Web of Science (WoS), Google Scholar, EBSCO, DOAJ, Scopus, Project Muse, Medline gibi veri tabanları kullanılmış olup, daha çok SCI, SCI-Expanded, ESCI endeksleri kapsamında taranan dergilerden çeviri ile bilgi alımı sağlanmıştır. Sonuç olarak, ALA' nın, SIRT1 aktivitesini ve üretimini indükleme konusunda etkili olduğu, ALA' nın lipit metabolizması üzerinde etkili olduğu, diğer dokularda da lipit birikimini azalttığı, yine adipogenezi inhibe (baskı) ederek glikoz metabolizmasını geliştirdiği ve adipokin üretimini düzenlediği, SIRT1' in kas liflerinde artan oksijen tüketimine, oksidatif fosforilasyon ve mitokondriyal biyogeneze neden olan mitokondriyal işlevi ve metabolik homeostasizi de düzenlediği, yine SIRT1' in insan ömrünün süresi, insülin duyarlılığı, lipit metabolizması, yağ asitlerinin üretim-sentezlenmesi, adipoz dokunun düzenlenmesi, yağ oksidasyonu, glukoneojenez ve enerji metabolizmasının ve stres direncinin önemli modülatörü olarak da rol oynadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sirtuin-1, Alfa Lipoik Asit, Egzersiz, Enerji Metabolizması

THE EFFECT OF MITOCONDRIAL ENZYMATIC COMPLEXES COFACTOR ALPHA LIPOIC ACID AND SIRTUINE-1 ON EXERCISE METABOLISM

This study was carried out to biochemically investigate the metabolism reactions of Alpha Lipoic Acid (α-lipoic acid / thioctic acid / ALA) and Sirtuin-1 (SIRT1) activated by exercise. ALA and SIRT1, which have direct and indirect effects on life span, lipid metabolism, glucose metabolism, mitochondrial activities and the cardiovascular system, are factors that should be considered in terms of exercise metabolism, and many factors should be considered in this study. The review is included. ALA is a natural antioxidant, in addition to the daily nutrient and energy balance, it is a compound produced by the organism and can be taken from outside, supporting healthy life and metabolism processes of the organism. SIRT1 is a member of the SIRT family, which has been the

subject of more intensive research among seven different sirtuins and has the most resistant deacetylase activity. SIRT1 is a lifelong protein that is involved in energy metabolism and diseases associated with aging. In this study, micro-analysis compilation / review method, which includes the definition of the parameters dealt with the subject with basic information and supporting them with current studies, based on the search, examination and interpretation of the results of many different sources, was used. In the literature review, databases such as PubMed, Web of Science (WoS), Google Scholar, EBSCO, DOAJ, Scopus, Project Muse, Medline were used and information retrieved from journals scanned under SCI, SCI-Expanded, ESCI indexes. provided. In conclusion, ALA is effective in inducing SIRT1 activity and production, ALA has an effect on lipid metabolism, reduces lipid accumulation in other tissues, improves glucose metabolism by inhibiting (suppressing) adipogenesis and regulates adipokine production. SIRT1 also regulates mitochondrial function and metabolic homeostasis, which causes increased oxygen consumption in muscle fibers, oxidative phosphorylation and mitochondrial biogenesis. It has been determined to play a role as an important modulator of energy metabolism and stress resistance.As a result, ALA is effective in inducing SIRT1 activity and production, ALA has an effect on lipid metabolism, reduces lipid accumulation in other tissues, improves glucose metabolism by inhibiting (suppressing) adipogenesis and regulates adipokine production. SIRT1 also regulates mitochondrial function and metabolic homeostasis, which causes increased oxygen consumption in muscle fibers, oxidative phosphorylation and mitochondrial biogenesis. It has been determined to be an important factor in the regulation of metabolic processes, and also play a role as important modulators of energy metabolism and stress resistance.

Keywords: Sirtuin-1, Alpha Lipoic Acid, Exercise, Energy Metabolism

SB483

ÇANAKKALE SÜPER AMATÖR KÜME FUTBOLCULARININ BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİNİN INCELENMESİ

***[1]Bilal KARAKOÇ*, [1]Samet TONKA**

[1]Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YALOVA

Email : *adabilal@gmail.co*

Çanakkale Süper Amatör Küme futbolcularının beslenme bilgi düzeylerini görmek ve eğer eksik, dikkat çeken bir durum varsa nedenlerini hakkında tahmin yürütmek, çözüm önermek amacıyla bu çalışmayı yapılmıştır. Çalışma 2016 yılı Nisan ayı içerisinde Çanakkale Süper Amatör Küme futbolcuları ile kesitsel desen kullanılarak yapılmıştır. Çalışmaya Çanakkale Süper Amatör Küme futbolcularından 170 gönüllü futbolcu katılmıştır. Çalışmaya katılan futbolcuların 129'u 16-25 yaş, 41'i ise 26 yaş ve üzeri futbolculardır. Gönüllü futbolculara 8'i kişisel bilgi olmak üzere 33 sorudan oluşan "Beslenme Bilgi Düzeyi Anketi" uygulanmıştır. Beslenme bilgisi sorularının her doğru cevabına 1 puan verilerek alınan puan kriterlere bakılarak değerlendirilmiş ve beslenme bilgi düzeyleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Futbolcuların tümünün bilgi puanları ortalamasının 18,92 ± 4,50 olduğu ve %90,6'sının "bilen " grup düzeyinde oldukları görülmüştür. Beslenme alışkanlıklarına bakıldığında öğrencilerin %88,2'sinin müsabaka öncesi neler yenmesi gerektiğini bildiği, %22,94'nün sigara kullandıkları ve %17,64'ü alkol kullandıkları belirlenmiştir. Futbolcuların beslenme alışkanlıklarında bulunan bu durum beslenme bilgi düzeyinin beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisinin fazla olmadığını göstermektedir.

Investigation Of Nutritional Knowledge Level Of Çanakkale Super Amateur Football Players

This study was carried out in order to see the nutritional knowledge of Çanakkale Super Amateur Cluster players and to make predictions on the reasons if there is a missing or striking situation and to offer a solution. The study was carried out in April 2016 with Çanakkale Super Amateur Kümefutbol players using a cross-sectional pattern. 170 volunteer football players from Çanakkale Super Amateur league football players participated in the study. 129 of the players participating in the study are 16-25 years old and 41 are 26 and over. The "Nutrition Knowledge Level Questionnaire" consisting of 33 questions, 8 of which was personal information, was applied to volunteer football players. The score obtained by giving 1 point to each correct answer to the nutritional knowledge questions was evaluated by looking at the criteria and the levels of nutritional knowledge were determined. The score obtained by giving 1 point to each correct answer to the nutritional knowledge questions was evaluated by looking at the criteria and the levels of nutritional knowledge were determined. It was observed that the mean scores of all football players were 18.92 ± 4.50 and 90.6% of them were at the "knowing" group level. Considering the nutritional habits, it was determined that 88.2% of the students knew what to eat before the competition, 22.94% smoke and 17.64% use alcohol. This situation, which is found in the nutritional habits of football players, shows that the effect of nutritional knowledge on nutritional habits is not much.

ENGELLİLER İÇİN BEDEN EĞİTİMİ, SPOR VE FİZİKSEL AKTİVİTE / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN DISABILITIES

SB73

ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ YÖNETİCİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPORA YÖNELİK GÖRÜŞLERİ

***[1]Sevim Handan YILMAZ*, [1]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *handanyilmazz@hotmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Eğitim, toplumların gelişim göstermesinde ki en önemli parametrelerden biridir çünkü toplumun geleceği verilen eğitimin niteliğiyle eşdeğerdir. Bu sebeple; engelli bireylerin eğitim ve öğretim faaliyetlerinden faydalanabilmesi, topluma kazandırılabilmeleri noktasında oldukça önemlidir. Engelli bireylerin hareket oyun ve beden eğitimi ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri, kendine yetebilecek duruma gelebilmeleri, topluma uyum sağlayabilmeleri açısından beden eğitim ve spor dersi oldukça önemlidir. Buradan yola çıkarak tasarlanan araştırmanın amacı; özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi yöneticilerinin beden eğitimi ve spora yönelik görüşlerinin belirlenmesidir. Nitel araştırma yöntemleri çerçevesinde yürütülen olan bu araştırma; tarama modeline uygun olarak tasarlanmıştır ve keşfe yönelik olgu bilim desenindedir. Araştırma gurubu; 2019-2020 yılı içerisinde 5i Bartın il merkezi, 3'ü ilçe de görevli, 2si kadın 6sı erkek olmak üzere, toplamda 8 özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi yöneticisinden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, yaş, cinsiyet, hizmet yılı, mezun olunan bölüm, engelli yakını olma ve spor yapma durumu sorularından oluşan kişisel bilgi formu ve özel eğitimi ve rehabilitasyon merkezi yöneticilerinin beden eğitimi ve spora yönelik görüşlerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesi içerik analizi yönteminden faydalanılarak yapılmıştır. Elde edilen nitel veriler doğrultusunda "Beden Eğitimi ve Spor" "Beden Eğitimi ve Spor Etkinlikleri", "Federasyon ve Kulüp Bünyesinde Yapılan Kulüp Faaliyetleri", "Diğer Sosyal Etkinlikler", "Beden Eğitimi ve Spor İçin Gerekli Araç ve Gereçler", "Beden Eğitimi ve Sporun Etkileri", "Beden Eğitimi ve Spora Yönelik Görüş ve Öneriler" olmak üzere 6 ana tema belirlenmiş, her farklı tema ayrı ayrı ele alınarak yorumlanmıştır. Araştırma sonucunda; özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi yöneticilerinin beden eğitimi ve sporun engelli bireylerin duygusal, fiziksel, zihinsel, sosyal ve hareket gelişimleri üzerinde olumlu yönde ve destekleyici etkileri olduğunu düşündükleri ancak, buna rağmen özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde beden eğitimi ve spor öğretmeni istihdamı sağlanmadığı, beden eğitimi ve spor etkinliklerine yer verilmediği, için gerekli olan alan, araç ve gereçlerin bulunmadığı belirlenmiştir.

ADAPTED PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS VIEWS OF SPECIAL EDUCATION AND REHABILITATION CENTER MANAGERS

Education is one of the most important parameters in the development of societies because the future of the society is equivalent to the quality of education. Therefore; It is very important for disabled individuals to benefit from education and training activities and to be reintegrated into society. Adapted physical education and sports lessons are very important for disabled individuals to meet their needs for movement, play and adapted physical education, to become self-sufficient and to adapt to society. The purpose of the research designed based on this; to determine the views of special education and rehabilitation center administrators about adapted physical education and sports. This research conducted within the framework of qualitative research methods; It is designed in accordance with the scanning model and is in the exploratory phenomenology pattern. Research group; In 2019-2020, it consists of 8 special education and rehabilitation center managers, 5 of whom are in Bartın provincial center, 3 of them in the district, 2 of them women and 6 of them men. As data collection tools in

the research, a personal information form consisting of age, gender, service year, the department of graduation, being a relative of the disabled and doing sports, and a semi-structured form created by the researcher in order to determine the views of special education and rehabilitation center managers about adapted physical education and sports. interview form was used. The analysis of the data obtained in the study was made by using the content analysis method. In line with the qualitative data obtained, "Adapted Physical Education and Sports", "Adapted Physical Education and Sports Activities", "Club Activities within the Federation and Club", "Other Social Activities", "Necessary Tools and Equipment for Adapted Physical Education and Sports", "Adapted Physical Education and the Effects of Sport ",“ Opinions and Suggestions for Adapted Physical Education and Sports

SB111

ENGELLİ BİREYLER İLE ÇALIŞMA DEĞİŞKENİ BAKIMINDAN SPOR EĞİTMENLERİNDE EMPATİK EĞİLİM

***[1]Ahmet Emre FAKAZLI*, [2]Ekrem Levent İLHAN, [2]Yunus Emre YARAYAN**

[1]Şehit Bülent Gider Ortaokulu, KASTAMONU
[2]Gazi Üniversitesi, ANKARA

***Email :** ahmetemrefakazli@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr, yunus.emre.yarayan@gmail.com*

Giriş : Engelli bireylerle çalışan spor eğitmenleri lisans öğrenimleri sırasında genel anlamda engelli bireylerle ilgili dersler almakta ancak bu kurumlarda çalışmalarına yönelik farklı bir eğitim sürecinden geçmemektedirler. Dolayısıyla engelli bireylerle daha öncesinde çalışma deneyimine sahip olmadan görev yapmaya başlamaktadırlar. Spor eğitmenlerinin zamanla engelli bireylerin duyuşsal, davranışsal ve psikomotor özelliklerinden etkilenebileceği ve diğer meslektaşlarına nazaran daha çok empatik eğilimler gösterebilecekleri düşünülmektedir. Bu anlamda, gerek özel eğitim kurumlarında çalışan spor eğitmenleri gerekse diğer bireylerle çalışan spor eğitmenlerinin empatik eğilim düzeylerinin incelenmesinin beden eğitimi ve spor eğitiminin kalitesi açısından oldukça önemli olduğu sözlenebilir.

Amaç: Bu araştırmanın amacı, engelli bireylerle çalışan ve çalışmayan spor eğitmenlerinin empatik eğilim düzeylerinin belirlemek ve bazı değişkenler doğrultusunda karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Bu araştırma tarama modelinde desenlenmiştir. Araştırmaya 102 spor eğitmeni gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Empatik Eğilim Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 bilgisayar programı kullanılmıştır. Bulgular Engelli bireylerle çalışan ve çalışmayan katılımcıların empatik eğilim ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($t=6,296$, $p<0.05$). Ortalama puanlar karşılaştırıldığında engelli bireylerle çalışan spor eğitmenlerinin empatik eğilim puan ortalamalarının (=79,100) çalışmayan spor eğitmenlerine (=67,647) oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların empatik eğilim ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($t=1,259$, $p>0.05$). Bununla birlikte ortalama puanlar karşılaştırıldığında erkek katılımcıların empatik eğilim puan ortalamalarının (=72,970) kadın katılımcılara (=70,147) oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Yaş değişkenine göre empatik eğilim ölçeğinden almış oldukları puanlar incelendiğinde, pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermediği tespit edilmiştir ($r=,126$; $p>.05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda, engelli bireylerle çalışan spor eğitmenlerinin empatik eğilim düzeylerinin diğer bireylerle çalışan spor eğitmenlerinin empatik eğilim düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılırken, cinsiyet değişkenine ve yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir.

EMPATHIC TENDENCY IN SPORTS TRAINERS IN TERMS OF WORKING WITH DISABLED INDIVIDUALS

Sports trainers working with disabled individuals generally take courses about disabled individuals during their undergraduate studies, but they do not undergo a different training process for their work. Therefore, they start working in these institutions without having previous experience of working with disabled individuals. It is thought that sports trainers may be affected by affective, behavioral and psychomotor characteristics of individuals with

disabilities over time and they may show more empathetic tendencies than their other colleagues. In this sense, it can be said that examining the empathic tendency levels of both sports trainers working in special education institutions and sports trainers working with other individuals is very important in terms of the quality of physical education and sports education. Aim The aim of this study is to determine the empathic tendency levels of sports trainers who work with disabled individuals and those who do not, and to compare them in line with some variables.

Methodology: This research is designed in general survey model. 102 sports trainers voluntarily participated in the study. "Empathic Tendency Scale" was used as data collection tool. SPSS 22.0 computer program was used for data analysis. Findings A significant difference was found between the scores of the participants who work with disabled individuals and those who do not work on the empathic tendency scale ($t = 6,296$, $p < 0.05$). When the average scores were compared, it was seen that the empathic tendency mean scores (= 79,100) of sports trainers working with disabled individuals were higher than the non- working sports trainers (= 67,647). According to the gender variable, no significant difference was found between the scores of the participants on the empathic tendency scale ($t = 1,259$, $p > 0.05$). However, when the average scores were compared, it was observed that empathic tendency mean score (= 72,970) of the male participants was higher than empathic tendency mean score of the female participants (= 70,147). When the scores they got from the empathic tendency scale according to the age variable were examined, it was found that they did not show a low statistically significant positive correlation ($r =, 126$; $p > .05$).

Conclusion: As a result of the study, it was concluded that the empathic tendency levels of sports trainers working with disabled individuals were higher than the empathic tendency levels of sports trainers working with other individuals, but no significant difference was found in terms of gender and age.

SB126

ÖZEL EĞİTİM REHABİLİTASYON MERKEZİNDE SU TERAPİSİ ALAN ZİHİNSEL OLARAK PROBLEM YAŞAYAN BİREYLERİN FİZİKSEL VE PSİKOLOJİK GELİŞİMLERİNİN ARAŞTIRILMASI

[1]Ahmet ŞİRİNKAN

[1]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Erzurum

Email : *asirinkan@atauni.edu.tr,*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, Özel Eğitim Rehabilitasyon Merkezinde Su Terapisi Alan Zihinsel olarak Problem Yaşayan bireylerin fiziksel ve psikolojik gelişimlerinin Araştırılmasıdır.

Materyal ve Metot: Araştırmaya Özel Eğitim Rehabilitasyon Merkezinde Su Terapisi Alan Zihinsel olarak Problemli 10 Çocuk katıldı. Çocukların yaşları 5-15 arasındadır. Araştırmaya katılan çocuklar ağır, orta ve hafif zihinsel problem yaşayan çocuklardır. Araştırma için zihinsel problem yaşayan çocuklara ortak yapabilecekleri özel hareket eğitimi programı hazırlandı. Program hazırlanırken, özel eğitimci, su terapisti ve rekresyon uzmanı kişilerden destek alındı. Araştırma 4 ay, haftada 2 gün ve 60-90 dakika olarak uygulandı.

Sonuç ve Değerlendirme: Araştırmanın başlangıcında zihinsel problem yaşayan çocuklarda suya girmekten korktukları, komutlara uymadıkları, anne ve babadan ayrılmak istemedikleri davranışlar sergilerken, suya girmekten çekindikleri, sürekli yardım bekledikleri, su içerisinde yardımsız hareket etmekten çekindikleri gözlemlenerek kaydedildi. Araştırma süreci sonunda ise zihinsel problem yaşayan çocuklarda suya rahat bir şekilde girdikleri hatta girmek için acele ettikleri, sudan korkmadıkları, komutlara daha fazla uydukları, anne ve babadan ayrı olarak çalışmaları sürdürdükleri, suya daha fazla istekli olarak girdikleri, yardım beklemeden su içerisinde hareket etmek istedikleri, gösterilen hareketleri çoğunlukla yapabildikleri (%90) gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Su Terapisi, Özel Eğitim, Rehabilitasyon,

Investigation Of The Physical And Psychological Development Of Mentally Challenged Individuals Receiving Water Therapy In A Private Education Rehabilitation Center

Objective: The aim of this study is to investigate the physical and psychological development of mentally challenged individuals receiving water therapy in a private education rehabilitation center.

Material and method: 10 children with mentally and physically problems who took water therapy in the Special Education Rehabilitation Center participated in the study. Children aged between 5-15. Children who have mentally problematic, who have participated in the research, have severe, moderate and mild mental problems and who have problems. Special mobility training program was prepared for the children to be able to make joint problems for children with mental problems. While the program was being prepared, support was received from special educator, water therapist and repertoire people. The study was administered 4 months, 2 days a week and 60-90 minutes. result and evaluation: At the beginning of the research, the children who had mental problems

were afraid of entering the water, they did not comply with the commands, they did not want to be separated from the mother and father.

At the end of the research process, children with mental problems enter the water comfortably and even hurry to enter, they are not afraid of water, they are more adaptable to the commands, they continue to work separately from their parents, It was observed that most of the children who wanted to move in the water, they were mostly able to perform the movements, and the majority of the children (90%)

Key Words: Water Therapy, Special Education, Rehabilitation

SB127

ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ ÇEKEN BİREYLERE TERAPOTİK REKREASYON AMAÇLI HAREKET EĞİTİMİNİN ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI (OLAY İNCELEME)

[1]Ahmet ŞİRİNKAN

[1]Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Erzurum

Email : *asirinkan@atauni.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı, öğrenme güçlüğü çeken (mental retarded) 25-30 yaş grubuna terapotik rekreasyon amaçlı yaptırılan hareket eğitiminin etkisinin araştırılmasıdır.

Materyal ve Metot: Araştırmaya öğrenme güçlüğü çeken 2 (1 erkek +1 kadın) katıldı. Katılımcıların yaşları, erkek 27, kadın ise 29 yaşındadır. Bu bireyler gönüllü olarak çalışmaya katılmışlardır. Velilerinden izin alınarak çalışmalara katılımları sağlanmıştır. Tesadüfü olarak seçildi. Bu bireyler, aktif olmayan, içine kapalı ve sosyalleşme özelliği az olan, zamanlarının çoğunu evde geçiren kişilerdir. Katılımcılara 12 haftalık, haftada 3 gün 1' er saatlik motor beceriler (yürüme, koşma, sıçrama, atma, atlama vurma, fırlatma vb.) ve sportif etkinliklerle ilgili takım sporlarından voleybol, basketbol ve futbol içerikli eğitsel oyunlar oynatıldı. Çalışmalara başlanırken 10 soruluk bir gözlem formu hazırlanarak ilk gözlemler yapıldı 12 haftanın sonunda son bir gözlem daha yapılarak iki gözlem arasında karşılaştırmalar yapıldı. İlk gözlemle son gözlem arasında olumlu yönde gelişmeler belirlendi.

Sonuç ve Değerlendirme: Araştırmada yapılan gözlem sunucunda, erişkin bireylere yaptırılan hareket eğitimi ve oyun programlarına katılan bireylerde sosyalleşme, daha fazla iletişime girme, daha fazla mutluluk ifadeleri sergiledikleri gözlemlenmiştir. Sonuç olarak hareket ve oyun etkinlikleri her yaş grubunda bireylere olumlu yönde katkı sağladığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: mental retarded, terapotik rekreasyon, hareket eğitimi.

Investigation Of The Effect Of Movement Training On Therapeutic Recreation For Individuals With Mental Retarded (Event Review)

Purpose: The aim of this study is to investigate the effect of movement training for 25-30 age group who are mentally retarded. Material and method: 2 (male +1 female) who had learning difficulties participated in the study. The age of the participants was 27 years and male was 29 years old. These individuals voluntarily participated in the study. Their parents were allowed to take part in the studies. Chosen as a coincidence. These individuals are those who are inactive, confined and socialized and who spend most of their time at home. Participants were played volleyball, basketball and football educational games for 12 weeks, 3 days a week, 1 hour of motor skills (walking, running, jumping, throwing, jumping, throwing, etc.) and sporting activities. A 10-item observation form was prepared and the first observations were made. At the end of 12 weeks, a final observation was made and comparisons were made between two observations. Positive developments were determined between the first observation and the last observation.

Result and evaluation: In the observation server conducted in the study, it was observed that individuals who participated in the movement training and play programs that were made to adult individuals exhibited socialization, more communication and more happiness expressions. As a result, it can be said that movement and play activities contribute positively to individuals in every age group.

Keywords: mental retarded, therapeutic recreation, movement training.

SB158

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARA ANTRENÖR OLMAK: ANTRENÖR GÖRÜŞLERİ DOĞRULTUSUNDA NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Dilek UZUNÇAYIR*, [2]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** dilekuzncyr36@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada özel gereksinimli çocuklarla çalışan antrenörlerin, bu sürece dahil olma istekleri, bilgi ve deneyimlerinin betimlenmesinin yanı sıra sporun farklı gelişim gösteren çocuklar üzerindeki etkilerine ilişkin görüş ve önerilerini belirlemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından temel nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma grubu, ölçüt örneklem yaklaşımı ile İstanbul ilinde yaşayan özel gereksinimli çocuklar ile çalışan 7 antrenörden oluşmaktadır. Elde edilen verilerin analizinde içerik analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Antrenörlerin görüşlerinden toplamda 40 kod elde edilmiş olup ilgili kodlar 13 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla; "yönlenme/yönelme/tavsiye," "özel alan eğitimine yönelik görüşler," "meslek ile özdeşleşen nitelikler," "sporcu başarısıyla özdeşleşme," "ebeveyn desteği," "fiziksel gelişim," "zihinsel beceri gelişimi," "ruhsal durum gelişimi," "sosyal gelişim," "hareket beceri gelişimi,""spora katılımın akademik boyutu," "antrenörlerin sektörle ilgili beklentileri" ve "antrenörlerde bulunması gereken özellikler" başlıkları ile ortaya konulmuştur.

Sonuç: Araştırmada öne çıkan bulgular doğrultusunda sonuç olarak; antrenörler spora aktif katılımın özel gereksinimli çocukların fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal beceri gelişiminde önemli bir etkiye sahip olabilecek potansiyel taşıdığını belirtmişlerdir. Antrenörler bu çocuklar ile çalışma deneyimlerini ve zorluklarını belirterek amaçların gerçekleşmesi bakımından meslek ile özdeşleşme, sürekli gelişime açık, sabırlı ve özverili olma özelliklerini ön plana çıkarmışlardır. Yapılan işin sonuçları bakımından oldukça değerli olduğu ancak maddi karşılığının yeterli olmadığını vurgulamışlardır. Çocukların başarıları ile özdeşleştiklerini ve süreçte ebeveyn desteğine yoğun olarak ihtiyaç duyulduğunu belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler; Antrenör, özel gereksinimli çocuk, spor, engelli, nitel araştırma

BEING A TRAINER FOR SPECIAL NEEDED CHILDREN: A QUALITATIVE RESEARCH IN ACCORDANCE WİTH A TRAİNER'S OPİNİONS

Introduction and Aim : In this study, ıt is purposed to state that besides the trainer's who work with the special needed children desire for being included in this progress, being described their knowledge and experience their opinions and suggestions about the effects of sports on the different growing children.

Method: Basic qualitative research model that is one of the qualitative research approaches was used in this survey. Survey data were collected by means of semi-structured interview forms. Study group consists of seven

trainers who work with the special needed children who live in İstanbul with criterion sampling approach. Content analysis method was used for the analysis of acquired data.

Findings: A total of 40 codes were obtained from the opinions of the trainers, and the relevant codes were collected under 13 categories.These categories are respectively "orientation/ tendency/advice," "opinions special education," "specific job qualifications," "identificaiton with player's success," "parents support," "physical development," "mental ability development," "mood development," "social progress, "movement ability development," "academic aspect of participation in sports", "the trainer's expectations about the sector"and "qualities that trainers should have."

Conclusion: Consequently in accordance with the active featured findings the trainers stated that active participation has a potential that has an important effect on special needed hildren's physical, mental, emotional and social development. The trainers brought identification with the job, continuous open for improvement and being patient and devoted qualifications to forefront to realize the objectives by stating their working experience and difficulties with these children. They emphasized that the work is quite precious thanks to its results but wage is not enough. They said that the children identified with their succeses and intensively need parents help during this period.

Key words: Trainer, special needed child, sporst, disabled, qualitative research

SB161

COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE İHTİYAÇLARI: EBEVEYN GÖRÜŞ AÇISIYLA NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Dilek UZUNÇAYIR*, [2]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** dilekuzncyr36@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, özel gereksinimli çocukların Covıd-19 pandemi dönemi fiziksel akitivite ihtiyaçlarının ebeveynlerin görüşleri doğrultusunda incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada temel nitel araştırma modeli ve veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırma grubu, İstanbul ilinde yaşayan 7-12 yaş arasındaki zihinsel yetersizliği sahip pandemi süresince ev ortamında çocuğuyla birlikte vakit geçiren çalışmayan 5 anneden oluşmaktadır. Katılımcılardan elde edilen verilerin analizinde içerik analiz yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılım sağlayan özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin görüşlerinden toplamda 32 kod elde edilmiş, ilgili kodlar 12 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla; "günlük yaşam," "fiziksel gelişim," "zihinsel gelişim," "ruhsal gelişim," "sosyal gelişim," "hareket gelişimi," "özel gereksinimli çocukların pandemi dönemini algılama süreci," "pandemi döneminin etkisinde ev içi uygulamalar," "pandemi dönemi etkisinde ihtiyaçlar ve zorlanmalar," "pandemi döneminde ebeveyn profili," "onlıne uzaktan eğitim", ve "pandemi dönemi anne-çocuk etkileşimi" başlıkları ile ortaya konulmuştur.

Sonuç: Araştırmada öne çıkan bulgular doğrultusunda sonuç olarak; ebeveynler kısıtlamaların çocuklarının duygu durumunu etkilediğini ve davranış bozukluğuna yol açtığına, pandemi dönemini algılama sürecinde zorlandıklarını ve çocuklarına yönelik sürekli bir aktivite çeşitliliği bulma çabası içinde olduklarını, çocuklarının eski fiziksel rutinleriyle pandemi döneminde hareketsiz yaşantılarının endişe verici olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bu süreçte ne yapacaklarını bilememe kaygısınında ön plana çıktığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler; Covıd-19 pandemi, özel gereksinimli çocuklar, zihinsel yetersizlik, fiziksel aktivite ebeveyn görüşü

PHYSICAL ACTIVITY NEEDS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD: A QUALITATIVE RESEARCH FROM THE POINT OF PARENTS VIEWS

Introduction and Aim: In this study, it was aimed to examine the physical activity needs of children with special needs in the Covıd-19 pandemic period in line with the opinions of the parents.

Method: In the study, a semi-structured interview form was used as the basic qualitative research model and data collection tool. The research group consists of 5 mothers who are mentally disabled between the ages of 7-12

living in Istanbul and spend time with their children at home during the pandemic. Content analysis method was used in the analysis of the data obtained from the participants.

Findings: A total of 32 codes were obtained from the opinions of the parents of the children with special needs who participated in the study, and the relevant codes were grouped under 12 categories. These categories are; "Daily life," "physical development," "mental development," "mood development," "social development," "movement development," "the process of perceiving the pandemic period of children with special needs," "domestic practices under the influence of the pandemic period," " Needs and difficulties under the effect of the pandemic period are presented under the titles "Parent profile during the pandemic period," "online distance education", and "Mother-child interaction during the pandemic period".

Conclusion: As a result, in line with the prominent findings in the research; It was concluded that the parents had a hard time in the process of perceiving the pandemic period, that they were struggling to find a variety of activities for their children, and that their children's old physical routines and sedentary experiences during the pandemic period were worrisome. In addition, it was seen that the anxiety of not knowing what to do during this process came to the fore.

Key words: Covıd-19 pandemic, children with special needs, intellectually disabled, physical activity, parental opinion

SB205

Engelli Öğrenciler Ve Beden Eğitimi Dersine Yönelik Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi

[1]Sevda Akbulut İnan, [2]Ekrem Levent İlhan

[1]Selahattin Akbilek Anadolu Lisesi, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *sevdaakbulut@gmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Bu araştırmada engelli öğrenciler ve beden eğitimi dersine yönelik yapılmış olan lisansüstü tezlerin incelenmesi ve genel durumun tespit edilmesi amaçlanmıştır. YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanında kayıtlı olan 1990-2019 yılları arasındaki lisansüstü tezlerin analizinde 4 doktora ve 30 yüksek lisans tezi incelenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma veri toplama yöntemlerinden doküman incelemesi tekniği kullanılmıştır. Tezler tezin türü, yılı, yetersizlik grubu, tezin yapıldığı üniversite, enstitü, anabilim dalı, örneklem grubu, örneklem grubu sayısı, tezin konusu, araştırma yöntemi, araştırma modeli ve veri toplama aracı değişkenleri açısından incelenmiştir. Araştırmada betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, engelli öğrenciler ve beden eğitimi dersi ile ilgili tezlerin yoğun olarak 2016 yılında yapıldığı görülmüştür. Üniversiteler arasında Gazi Üniversitesinde; enstitülerde eğitim bilimleri ve sosyal bilimler enstitülerinde; anabilim dalı olarak da beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile beden eğitimi ve spor anabilim dallarında araştırmaların fazla olduğu tespit edilmiştir. Yetersizlik grubu bakımından zihinsel engellilerde çok fazla araştırmalar yapıldığı; tez konularında beden eğitimi dersine yönelik tutum, görüş, bakış açısı ve öğrencilerin sosyalleşmeleri konularına ağırlık verildiği görülmüştür. Örneklem grubu olarak en çok öğretmenler ve ilköğretim öğrencileri ile çalışıldığı, araştırmalarda tek örneklem grubunun daha fazla ele alındığı tespit edilmiştir. Ayrıca araştırma yöntemi açısından nicel yöntemin, araştırma modeli olarak tarama ve deneysel modelin, veri toplama aracı olarak da ölçek ve anketin çoğunlukla kullanıldığı belirlenmiştir.

Examination Of Master Theses Towards Disabled Students And Physical Education Course

In this research, it is aimed to examine the master theses towards disabled students and physical education course and to determine the general situation. In the analysis of the master theses between 1990 and 2019 years, registered in the database of Council of Higher Education National Thesis Center, 4 doctoral and 30 master theses were analyzed. In the study, document analysis technique, one of the qualitative research data collection methods, was applied. Theses were examined in terms of the thesis type, year, disability group, university, institute, department, sample group, number of sample group, subject of the thesis, research method and model and data collection tool variances. Descriptive analysis technique was used in the research. As a result of the study, it was seen that the theses on disabled students and physical education classes were made intensively in 2016. Among the universities in Gazi University; in institutes of educational and social sciences; as a department, it has been determined that there are numerous studies carried out in physical education and sports teaching and physical education and sports departments. There has been a lot of research realized on mentally disabled people in terms of the disability group; it has been observed that the emphasis is placed on the attitude, view, perspective and socialization of students towards physical education lesson in thesis subjects. As the sample group, it was determined that teachers and primary school students were mostly worked with, and the single sample group was considered more in the studies. Besides, it was determined that quantitative method

was used mostly in terms of research method, survey and experimental model as research model, and scale and questionnaire as data collection tool.

B254

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE 8 HAFTALIK BRAİN GYM AKTİVİTE PROGRAMININ YÖNETİCİ FONKSİYONLARI ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Ceylan Ekerer*, [2]Gonca İnce, [3]Mehmet Fahrettin Över**

[1]Çukurova Üniversitesi Balcalı Eğitim Ve Araştırma Hastanesi,ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,ADANA
[3]Dr.Ekrem Tok Ruh Ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, ADANA

Giriş: Fiziksel aktivitenin, sağlığa olumlu etkilerinin yanı sıra, dikkat, odaklanma, planlama, karar verme gibi yönetici fonksiyonlarda da gelişime katkı sağlayabileceği birçok çalışmanın konusu olmuştur. Amaç: Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin yönetici fonksiyonları üzerine 8 haftalık Brain Gym aktivite programının etkisini araştırmak amacıyla yapıldı.

Metot: Çalışma, yaşları 18-24 arasında değişen toplam 33 sedanter üniversite öğrencisinin (%72.7 kadın, %27.2 erkek) katılımı ile gerçekleşti. Katılımcılar, random yöntemiyle 2 gruba ayrıldı. Çalışma grubu (11 kadın, 4 erkek) 15 kişi (ort. yaş: 19,4±0,9), kontrol grubu (13 kadın, 5 erkek) 18 kişiden (ort. yaş 20,2±1,3) oluşuyordu. Çalışma grubuna 50 dk süreyle, haftada 2 gün olmak üzere 8 hafta boyunca Brain Gym aktivite programı uygulandı. Kontrol grubu ise bu sürede hiçbir fiziksel aktiviteye katılmadı. Katılımcılara yönetici fonksiyon testleri (D2 Dikkat testi, Stroop Color testi, Sözel Akıcılık Testi ve Frontal Değerlendirme Bataryası) uygulandı. İstatistiksel analizlerde parametrelerin normal dağılmadığı belirlendiğinden, gruplar arasındaki karşılaştırmalarda Mann Whitney-U testi, grup içi karşılaştırmalar da ise Wilcoxon testi kullanıldı.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonrası, 8 hafta sonunda çalışma grubunun Stroop Color test sonuçları tüm parametrelerde duyusal işlem süresinde anlamlı bir kısalma gösterdi (Kelime etkisi p=0,001; Renk etkisi p=0,002; Renk-kelime etkisi p=0,005). Kontrol grubunda ise sadece Renk Kelime Etkisi duyusal işlem süresi anlamlı olarak kısalırken (p=0,011), Kelime Etkisi ve Renk Etkisi değerleri değişmedi (p>0.05). D2 test sonuçlarında 8 hafta sonunda çalışma grubunda tüm parametrelerde anlamlı artış görüldü (Toplam madde p=0,011;Toplam madde-Hata p=0,001; Konsantrasyon puanı p:0,001). Kontrol grubunda sadece Toplam Madde değeri anlamlı olarak artarken (p=0,043), diğer parametrelerde fark görülmedi (p>0.05). Sözel Akıcılık Testi sonuçlarında her iki grupta da anlamlı bir artış olmadı (p>0.05). Frontal Değerlendirme Bataryası testi toplam puan değerleri çalışma grubunda artarken (p=0,010), kontrol grubunda değişmedi (p=0,261).

Sonuç: Elde edilen sonuçlar 8 haftalık Brain Gym aktivite programının katılımcı üniversite öğrencilerinin inhibitör kontrol ve seçici dikkat gibi yönetici fonksiyonlarının gelişimine katkı sağladığını gösterdi.

The Effects Of An 8-Week Brain Gym Activity Programme On The Executive Functions Of University Students

Introduction: Physical activity, besides its positive effects on general body health, has been the subject of many studies in recent years due to its potential benefits on executive functions such as attention, focusing, planning and decision-making.

Purpose: This study was conducted to investym activity programme on universit students' executive functions. Method: The study was carried out with the participation of 33 sedantery university students whose ages ranged from 18 to 24 years (72.7 % female, 27.2 % male). The participants were randomly grouped into two groups. The study group consisted of 15 participants , 11 females and 4 males (mean age: 19,4±0,9) and the control group consisted of 18 participants, 13 females and 5 males (mean age 20,2±1,3). The study group participated in a 50 minute Brain Gym activity programme for two days a week in total of 8 weeks. The control group didnt participate in any physical activity for 8 weeks. All participants were administrated executive function tests (D2 attention test, Stroop Color Test, Verbal Fluency Test, Frontal Assessment Battery) before and after the study.Since it was determined that patameters were not normally distributed in statistical analysis, Mann Whitney-U test was used for comparisons between groups and Wilcoxon test was used for in-group comparisons.

Results: After statistical analysis, it was found that Stroop Color test results for the study group after 8 weeks showed significant decrease in processing time of all parameters (Word Effect p:0.001;Color Effect p:0.002 ; Word-Color Effect p:0.005). The control group showed decrease in processing speed of Word Color Effect (p:0,011), meanwhile there was no difference on the other parameters of Stroop Color test (p> 0.05). There was a significant increase in all parameters of D2 test results of study group after the exercise program (Total number p:0,011; Total number-Error p:0,001;Concentration point p:0,001). The control group showed increase only in Total number parameter of D2 test (p:0,043), other parameters showed no difference (p> 0.05). Verbal fluency test results showed no significant difference for both groups after 8 weeks (p>0.05). The results of Frontal assessment battery) for study group significantly increased after the exercises (p:0,010), on the other hand control group results didnt show any change (p:0,261) Conclusion:The results showed that an 8 week of Brain Gym activity programme contributed to the improvement of executive functions such as inhibitory control and selective attention of the participant university students.

SB296

8 HAFTALIK DÜZENLİ ANTRENMANIN OTİZMLİ ÇOCUKLARDA TEMEL MOTOR BECERİLERE ETKİSİNİN INCELENMESİ

***[1]Selen Uğur*, [1]Elif İşler, [1]İnci Ece Öztürk, [1]Nimet Haşıl Korkmaz**

[1]Bursa Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BURSA

***Email :** selenugur@uludag.edu.tr, elif.1881.1453@gmail.com, incieceozturk@gmail.com, nhasil@uludag.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireylerin fonksiyonel yaşamları üzerine etki eden; sosyal ilişki, iletişim, davranış ve gelişimsel bozukluğa neden olabilen bir durum olarak ifade edilmektedir. Ayrıca OSB, sözlü ya da sözel olmayan karşılıklı iletişim ve sosyal etkileşimdeki problemlerle karakterizedir. OSB olan bireylerde uzamsal farkındalık, beden farkındalığı, sosyal iletişim, akademik ve konuşma becerilerinde bozukluklar gibi problemler görülebilmektedir. Ayrıca takıntılı hareketlerin de varlığı bilinmektedir. OSB olan bireylerde yürüme, esneklik, denge gibi temel motor hareketlerin geç gelişme gösterdiği görülmüştür. Bu nedenle bu çalışmanın amacı; 8 haftalık düzenli antrenman programının OSB olan çocukların psiko-motor becerileri üzerindeki etkilerini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya Bursa Emre Sporla Yaşam Otizm Gençlik ve Spor Kulübü'nde bulunan 7 çocuk ailelerinden ve ilgili kurumdan gerekli izinler alınarak dahil edilmiştir. Çalışma nicel araştırma desenlerinden deneysel desen olarak olarak tasarlanmıştır. Çalışmada ön test ve son test ölçümleri yapılmıştır. Katılımcılara 8 hafta boyunca, haftada 3 gün, 1 saat olmak üzere egzersiz programı uygulanmıştır. Katılımcıların ön test ve son testlerinde tek ve çift elle top yakalama, tek ve çift ayak sıçrama sayısı, ip atlama sayısı, koşu hızı, denge tahtasından geçme süresi ve hedefe top atma performansları kaydedilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 23 paket programı kullanılmıştır. Katılımcı sayısının az olması nedeniyle veriler non-parametrik testlerden Wilcoxon Signed Ranks testi ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular $p< 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Bulgular: 8 haftanın sonunda tek ve çift elle top yakalama, tek ve çift ayak sıçrama sayısı, ip atlama sayısı, koşu hızı, denge tahtasından geçme süresi ve hedefe top atma performanslarında ön ve son testler arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu bulunmuştur. Buna göre ölçülen tüm parametrelerde son testlerde ön testlere kıyasla iyileşme meydana gelmiştir.

onuç: 8 hafta boyunca uygulanan düzenli antrenman programının OSB olan çocukların motor becerilerini geliştirdiği görülmüştür.

Investigation Of The Effect Of 8-Week Regular Training On Basic Motor Skills In Children With Autism

Introduction and Aim: Autism Spectrum Disorder (ASD), which affects the functional lives of individuals; It is expressed as a condition that can cause social relationship, communication, behavior and developmental disorders. In addition, ASD is characterized by verbal or non- verbal mutual communication and problems in social interaction. Problems such as spatial awareness, body awareness, social communication, academic and speaking skills can be seen in individuals with ASD. It is also known that there are obsessive movements. It has been observed that basic motor movements such as walking, flexibility, and balance develop late in individuals with ASD. Therefore, the purpose of this study is; To examine the effects of the 8-week regular training program

on the psycho-motor skills of children with ASD. Method: 7 children from Bursa Emre Sports Life Autism Youth and Sports Club were included in the study by obtaining the necessary permissions from their families and the relevant institution. The study was designed as an experimental design, one of the quantitative research designs. In the study, pre-test and post-test measurements were made. Participants were given an exercise program for 8 weeks, 3 days a week, for an hour. During the pre and post tests, the performances of the participants in catching the ball with one and two hands, the number of single and double leg jumps, the number of jumping rope, the running speed, the time to pass the balance board and the ball throwing at the target were recorded.SPSS 23 package program was used in the analysis of the data. Due to the small number of participants, the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks test, one of the non-parametric tests. The obtained findings were evaluated at the significance level of $p < 0.05$.

Results: At the end of 8 weeks, it was found that there was a significant difference between the pre and post tests in the performance of catching the ball with one and two hands, the number of jumping rope, running speed, time to pass the balance board and throwing the ball to the target. Accordingly, improvement occurred in all measured parameters in the last tests compared to the pre-tests.

Conclusion: It has been observed that the regular training program applied for 8 weeks improves the motor skills of children with ASD.

SB319

BEDENSEL ENGELLİ SEDANTER VE BEDENSEL ENGELLİ SPORCU BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KARŞI TUTUMLARI VE YAŞAM TATMİN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Ahmet Ferdi KOÇ*, [1]Kürşat HAZAR**

[1]Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, OSMANİYE

***Email :** ahmetferdikoc@osmaniye.edu.tr, kursathazar@osmaniye.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Fiziksel aktivitenin yararları dikkate alındığında, daha sağlıklı bireyler ve daha sağlıklı toplum için, bireylerin en uygun düzeyde fiziksel aktiviteye teşvik edilmeleri gerekmektedir. Bu bağlamda bedensel engelli bireylerin fiziksel aktiviteye karşı tutumları ve yaşam tatmin düzeylerini ortaya koymak amacıyla bu çalışma hazırlanmıştır. Bu araştırmada bedensel engelli bireylerin sağlıklı yaşam tarzının gelişmesine yardım etme, fiziksel aktivitenin faydalı etkileri ve sedanter yaşam biçiminin zararlı etkileri hakkında bilinçlendirme amacı benimsenmiştir.

Yöntem: Bu araştırmaya Osmaniye ili ve civarında yaşayan ortalama yaşları 18 -22 olan 41 kadın 40 erkek olmak üzere toplamda 81 bedensen engelli birey gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla 'Kişilik Bilgi Formu,fiziksel aktivitelere karşı tutumlarını belirlemek için Schempre ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen Cognitive Behavioral Physical Activity Questionnaire (CBPAQ) ve Eskiler ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçeye uyarlanıp geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği(BDFAÖ) kullanılmıştır. Ölçek Sonuç beklentisi, öz düzenleme ve kişisel engeller alt boyutları olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ayrıca yaşam tatminini belirlemek için ise Diener ve arkadaşaları tarafından 2002 yılında geliştirilmiş ve 5 sorudan oluşan 5'li likert tipi 'Yaşam Tatmin Ölçeği' kullanılmıştır. Katılıcıların demografik özellikleri, fiziksel aktiviteye karşı tutumları ve yaşam tatmini algılarına göre faklılaşma durumunu belirlemek için T-testi ve tek yönlü varyans analizi(ANOVA) uygulanmış olup farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post Hoc testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Spor yapan ve yapmayan bedensel engelli bireyler arasında yaşam tatmini ve fiziksel aktivite ölçeğinin tüm faktörlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç beklentisi ve öz düzenleme alt boyutlarında kadın ve erkek bireylerde spor yapanların lehine, kişisel engeller alt boyutunda ise spor yapmayanların lehine anlamlı farklılıkların olduğu, yaşam tatmin düzeylerinde ise kadın ve erkek bireylerde spor yapanların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Attitudes Towards Physical Activity And Life Satisfaction Levels Of Physically Handicapped Sedentary And Physically Handicapped Athletes

Introduction and purpose: Considering the benefits of physical activity, individuals should be encouraged to exercise at the most appropriate level for healthier individuals and a healthier society. In this context, this study was needed and prepared in order to reveal the attitudes towards physical activity and life satisfaction levels of physically disabled individuals. The aim of this study is to help physically disabled individuals to develop a healthy lifestyle, to raise awareness about the beneficial effects of physical activity and the harmful effects of sedentary lifestyle.

Method: "Personality Information Form" was used to determine the demographic characteristics. The Cognitive Behavioral Physical Activity Questionnaire (CBPAQ) developed by Schempre et al. (2015) and the Cognitive Behavioral Physical Activity Scale (BDFAÖ), which was adapted into Turkish by Eskiler et al. The scale has 15 expressions and 3 sub-dimensions, and is 5-Likert type. It consists of three sub- dimensions: outcome expectancy, self-regulation and personal barriers. In addition, in order to determine life satisfaction, "Life Satisfaction Scale", which was developed by Diener et al. In 2002 and consists of 5 questions, was used. T-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to determine the differentiation status according to the participants' demographic characteristics, attitudes towards physical activity and perceptions of life satisfaction, and Post Hoc tests were used to determine which groups the differences were between.

Significant differences were found in all factors of life satisfaction and physical activity scale between physically disabled individuals who do sports and individuals with physical disabilities who do not. Significant differences were found between physically disabled individuals who do sports with a license and those who do not do sports with a license.

Result: In the study, a questionnaire form created from two different scales was applied to 81 participants.

SB326

YAŞAM KALİTESİ VE SPOR: GÖRME ENGELLİ BİR SPORCUNUN GÖRÜŞLERİ DOĞRULTUSUNDA NİTEL BİR ARAŞTIRMA

[1]ELİF ÜNAL, [1]EKREM LEVENT İLHAN

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *elifunal@subu.edu.tr, levent-besyo@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Araştırma; sporun görme yetersizliğine sahip bireylerde yaşam kalitesine olan etkilerini görmek, bu bireylerin toplumda karşılaştıkları engelleri en aza indirerek yaşamlarını kolaylaştırmak ve gelecekte yapılacak araştırmalara ışık tutmak adına önem taşımaktadır. Araştırmanın amacı ise; görme engelli bir milli sporcunun sportif faaliyetlerin içinde bulunmasının yaşam kalitesine olan etkilerini belirlemektir.

Yöntem: Bu araştırma, nitel araştırma desenlerinden durum çalışması ile tasarlanmıştır. Araştırmanın katılımcısı; anne ve babasının ayrılması sonucu bir yaşında yetiştirilme yurduna verilmiş, B2 sınıflandırılmasında görme engelli sporcudur. Katılımcı, spor hayatına görme engelliler okulunda tanıştığı goalball ile başlamıştır. Araştırmada veri toplama tekniği olarak; görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırma sorularının hazırlanmasında Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Ölçeğinden faydalanılmıştır. Bu ölçek fiziksel fonksiyonlar, duygusal fonksiyonlar, sosyal fonksiyonlar, okul fonksiyonu ve psikososyal sağlık olmak üzere beş faktörden oluşmaktadır. Ek olarak sporcuya aile ve çevre bakış açı ile ilgili soru yöneltilmiştir. Veriler betimsel ve içerik analiz tekniği kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Bu araştırmanın sonucunda; sporun görme yetersizliğine sahip sporcunun fiziksel fonksiyonlarına etkisinde 9, duygusal fonksiyonlarına etkisinde 12, sosyal fonksiyonlarına etkisinde 6, psikososyal sağlığına etkisinde 13, okul fonksiyonlarına etkisinde 8, çevre ve aile bakış açısında etkisinde 9,toplamda 57 kategori, sporcunun bireysel görüşleri alınarak elde edilmiştir. Ayrıca görüşme sırasında katılımcıya yöneltilen ek sorular neticesinde sporcunun; üniversitede eğitim gören engelli öğrencilerin eğitimine yönelik görüşlerinde beş, beden eğitimi öğretmenleri ve antrenörlere yönelik görüşlerinde iki kategori elde edilmiştir.

Sonuç: Sporun, görme engelli sporcunun yaşam kalitesine etkileri incelenen araştırmada; sporun uyku düzeni, denge kontrolü, hastalılara karşı direnç, temel motorik özellikler, motivasyon, güdülenme, benlik algısı, özgüven, iletişim başlatabilme, arkadaşlık kurabilme, yalnızlık eğiliminden kurtulma, toplumsal roller, kendini ifade etme, zihinsel beceriler, okul ve öğretmen bakış açısı gibi birçok parametrede olumlu etkilere sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

QUALITY OF LIFE AND SPORT: A QUALITATIVE RESEARCH ACCARDING TO WITH A VISUALLY IMPAIRED ATHLETE

Introduction and Purpose: In this research; it is important to see the effects of sports on the quality of life of individuals with visually impaired, to minimize the barriers these individuals face in society, to facilitate their lives and to bear a torch on future research. The aim of the study is to determine the effects of sports activities on the quality of life of a visually impaired national athlete.

Method: This research was designed with a case study from qualitative research designs. Participant of the research is; he is B2 classfication a visually impaired athlete who was given to the orphanage at the age of one as a result of the separation of his parents. The participant started his sports life with Goalball, which he met at the school for the visually impaired. As data collection technique; interview technique was used in this research. The Children's Quality of Life Scale was used to prepare the research questions. This scale consists of five factors: physical functions, emotional functions, social functions, school function and psychosocial health. In addition, a question was asked about the family and environmental perspective to the athlete. The data were analyzed by using descriptive and content analysis technique.

Results: As a result of this research; The effect of sports on visually impaired individuals has 9 category in physical functions, 12 in emotional functions, 6 in social functions, 13 in psychosocial health , 8 in school functions, 9 in the environment and family perspective, a total of 57 categories were obtained by taking the individual opinions of the athlete. In addition, as a result of the additional questions directed to the participant during the interview, the athlete's; There are 5 categories for the education of disabled students studying at the university, and 2 categories for their opinions about physical education and trainers.

Conclusion: In conclusion, this study which is a qualitative research accarding to with a visually ımpaired athlete opinions reveal thats doing sport has many positive effects on many parameters, such assleep patterns, balance control, resistance to illnesses, basic motor characteristics, motivation, sense of selse, self reliance, commence relationship, make friendship, relief from loneliness, social roles, self-expression, mental skills, school and teacher perspective parameters for visually impaired individual.

SB351

ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULLARINDA DEĞİŞEN BEDEN EĞİTİMİ PROGRAMININ DEĞERLENDİRİLMESİ: BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ GÖRÜŞLERİ DOĞRULTUSUNDA NİTEL BİR ARAŞTIRMA

***[1]Cevdet DURAN*, [2]Ekrem Levent İLHAN**

[1]Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı,ANKARA
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,ANKARA

***Email :** cduran18@hotmail.com, leventilhan@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Normal gelişim sürecinde olan çocukların ve gençlerin eğitimlerinin en önemli tamamlayıcısı olan beden eğitimi ve spor, zihinsel engellilerin de topluma katılmalarını sağlayacak gerekli becerileri edinebilecekleri en etkili araçtır. Araştırma, Özel Eğitim Uygulama Okulu I., II., ve III. kademe beden eğitimi ve spor dersi eğitim programının (Orta-Ağır Düzeyde Zihinsel Engelliler/Otizmi Olan Çocuklar için 2019-2020 eğitim-öğretim yılından itibaren uygulanan) beden eğitimi öğretmenleri gözünden değerlendirilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Yöntem Araştırmada nitel araştırma olgu bilim yaklaşımı kullanılmış, çalışma grubunu Bartın, Karabük ve Ankara illerinde görev yapmakta olan özel eğitim uygulama okullarındaki üç kadın, altı erkek beden eğitimi öğretmeni oluşturmuştur. Kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu taslak olarak hazırlandıktan sonra beş öğretim üyesinden oluşan uzmanlarca değerlendirilmiş, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Veriler yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmış, MAXQDA programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde: Öğretmenlerin lisans eğitimlerinde engellilerde beden eğitimi dersi aldığı; hizmet içi eğitim, seminer ve özel eğitim kurslarına katıldıkları belirtilmiştir. Programın teorik olarak yeterliyken, uygulamada uygun olmadığı; kazanımların genellikle açık ve anlaşılır olduğu; öğrencilerin engel durumu ve ihtiyaçlarına göre kazanımları öğretmenlerin belirlediği; farklı engel düzeyine sahip çocuklar için bireysel eğitim programına ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir. İçeriğin kazanımlarla tutarlı olduğu; içerik düzenlemesini kapasite ve engellilik düzeylerine göre kendilerinin sıraladığı; konu anlatımı için haftalık ders saatinin yetersiz olduğu beyan edilmiştir. Okullarda maddi kaynak yetersizliği nedeniyle araç-gereç alma sıkıntısı yaşandığı; yapısal ve fiziksel ihtiyaçların bulunduğu dile getirilmiştir. Ayrıca I. Kademe öğrencileri için beden eğitimi dersinin zorunlu olması gerektiği; kalabalık ve mekân yetersizliği nedeniyle programın uygulanamadığı; ebeynlerden kaynaklanan iletişim problemi nedeniyle programda sorunların yaşandığı belirtilmiştir. Yine öğretmenlerin ders saatlerinin azaltılması veya artırılması nedeniyle çok sık okul değiştirme durumunda kaldıkları belirtilmiştir. Son olarak, normal öğrencilerde kazanım değerlendirmek için kullanılan gözlem, performansa bağlı değerlendirme, ölçüt-bağımlı testler ve kişisel takip çizelgesi gibi yöntemlerin zihinsel engelli öğrencilerde yeterli olmadığından farklı yöntemlere ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir.

EVALUATION OF THE CHANGING PHYSICAL EDUCATION PROGRAM IN SPECIAL EDUCATION AND PRACTISE SCHOOLS: A QUALITATIVE RESEARCH IN LINE WITH PHYSICAL EDUCATION TEACHERS 'VIEWS

Introduction and Purpose: Physical education and sports, which are the most important supplements of the education of children and young people in normal development, are the most effective tools for mentally disabled people to acquire the necessary skills to participate in society. Research was conducted by Special Education

Practice School 1st, 2nd and 3rd level physical education and sports lesson training program (has been applied for children with moderate-severe mental disabilities / autism since the academic year of 2019-2020) in the eyes of physical education teachers. Method Qualitative research, phenomenology approach was used in the study, and the study group consisted of three female and six male physical education teachers from special education practice schools in Bartın, Karabük and Ankara. After the semi-structured interview form used was prepared as a draft, it was evaluated by experts consisting of five faculty members, and reliability and validity studies were carried out. The data was collected by face to face interview method and analyzed with the program MAXQDA.

Findings and Conclusion When the findings are evaluated: It has been seen that teachers take physical education lessons for disabled people in their undergraduate education; it was stated that they attended in-service training, seminars and special training courses. It was also expressed that the program is theoretically sufficient, but it is not suitable in practice; educational outcomes are generally clear and understandable; teachers determine the outcomes themselves according to students' disability and needs; individual education program is needed for children with different disability levels. It has been declared that the content is consistent with the achievements; teachers rank the content arrangement according to students' capacity and disability levels; the weekly course hours are insufficient for lecturing. It was stated that there is a shortage of equipment in schools due to the lack of financial resources; there are structural and physical needs. In addition, it was affirmed that physical education course should be compulsory for 1st grade students; the program could not be implemented due to crowd and lack of court; there were problems in the program due to communication problems caused by the parents. It was also indicated that the teachers had to change their schools frequently due to the decrease or increase in their lesson hours. Finally, it was expressed that methods such as observation, performance-based assessment, criterion referenced tests, and personal follow-up charts, which are used to evaluate acquisition in normal students, are not sufficient in students with intellectual disabilities and consequently different methods are needed.

SB414

TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL OYUNCULARINDA KLASİFİKASYON PUANLARINA GÖRE BİYOMOTOR VE TEKNİK ÖZELLİKLER

[1]Mehmet Fatih Yüksel

[1]Necmettin Erbakan Üniversitesi, KONYA

Giriş ve Amaç: Engelliler için spor son yıllarda hızla gelişmiştir. Günümüzde engelli bireyler için adapte edilmiş birçok spor dalı bulunmaktadır. Paralimpik sporları arasında yer alan tekerlekli sandalye basketbolu da en popüler spor dallarından birisidir. Tekerlekli sandalye basketbolu koşan basketbol ile benzer oyun kurallarına sahip heyecanlı, hızlı ve mücadele gücü yüksek bir spordur. Bu çalışma, tekerlekli sandalye basketbolcularında biyomotor ve teknik becerilerinin klasifikasyon puanlarına göre incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Tekerlekli Sandalye Basketbol 1. Liginden düşük gövde kontrolüne sahip (1 vs 2.5 puan) 11 erkek sporcu ve yüksek gövde kontrolüne sahip (3 vs 4.5 puan) 11 erkek sporcu olmak üzere 22 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcular Uluslararası Tekerlekli Sandalye Basketbol Federasyonu fonksiyonel sınıflama sistemine göre gruplandırılmıştır. Sporcuların biyomotor özellikleri ve tekerlekli sandalye basketboluna özgü beceri test skorları tespit edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 24.0 programı kullanılmış ve minimum, maksimum, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiştir. Gruplar arası farklar Mann-Whitney U analizi ile tespit edilmiştir. Anlamlılık seviyesi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışma sonucunda gruplar arasında klasifikasyon puanları, gövde denge, modifiye mekik, modifiye şınav, abdominal dayanıklılık, 20 m sürat, top ile slalom, topsuz slalom ve 6 dakika dayanıklılık test parametrelerinde istatistiki olarak anlamlı düzeyde farklılıklar belirlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak, düşük ve yüksek gövde kontrolüne sahip sporcuların biyomotor yetiler yönünden farklılaştığı bununla birlikte tekerlekli sandalye basketboluna özgü teknik beceriler (basketbol topu fırlatma, turnike, şut, isabet) yönünden ise benzer özelliklere sahip olduğu söylenebilir.

BIOMOTOR AND TECHNICAL FEATURES IN WHEELCHAIR BASKETBALL PLAYERS ACCORDING TO CLASSIFICATION POINTS

Introduction and Objective: Sports for the disabled has developed rapidly in recent years. Today, there are numerous adapted sport branches for the individuals with disabilities. Wheelchair basketball is one of the most popular sports among the Paralympic sports. Wheelchair basketball is an exciting, fast and competitive sport with similar game rules to running basketball. This study was carried out to examine the biomotor and technical skills of wheelchair basketball players according to their classification points.

Method: 22 male players volunteered to participate in the research from Turkey Wheelchair Basketball 1st League, 11 of whom were from a low body control (1 vs. 2.5 points) and 11 of whom were from a high body control (3 vs 4.5 points). Players are grouped according to the functional classification system of the International Wheelchair Basketball Federation. features of the players and their skill test scores particular to wheelchair basketball were detected. SPSS 24.0 program was used in the analysis of the data, and minimum, maximum,

arithmetic mean, and standard deviation values were determined. Intergroup differences were determined with Mann-Whitney U analysis. Significance level was accepted as $p < 0.05$.

Results: At the end of the study, statistically significant differences were determined between the groups in classification points, trunk balance, modified sit-up, modified abdominal endurance, 20 m speed, slalom without the ball, slalom with the ball ve 6 minutes endurance race test parameters $p < 0.05$.

Conclusion: As a result, it can be said that players with low and high body control differ in terms of biomotor abilities, but have similar characteristics in terms of technical skills particular to wheelchair basketball (Pass for distance, Lay up, Zone shot, Pass for accuracy)

SB484

SPORUN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÜZERİNDEKİ ETKİSİNDE BENLİK SAYGISININ ARACILIK ROLÜ: BEDENSEL ENGELLİ SPORCU VE SEDANTER BİREYLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

***[1]İsmail KARATAŞ*, [2]Ekrem Levent İLHAN, [3]Taner BOZKUŞ**

[1]Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara
[3]Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Bartın

***Email :** ismailkrts34@gmail.com*

Bedensel engelli bireyler kapsamında gerçekleştirilen bu araştırmada, spora aktif katılımın psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisinde benlik saygısının aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma, nicel yaklaşımlardan korelasyonel (ilişkisel) araştırma modeliyle tasarlanmıştır. Bu çerçevede çalışma grubu; 108'i (%37.6) kadın, 179'u (%62.4) erkek olmak üzere toplam 287 bedensel engelli bireyden oluşmaktadır. Veriler, araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve Smith vd. (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" ile toplanmıştır. Araştırma kapsamındaki bu ölçeklerin geçerliklerine ilişkin "Doğrulayıcı Faktör Analizi" uygulanmış olup güvenirliklerine ilişkin ise iç tutarlık katsayısı (Cronbach's Alpha) hesaplanmıştır. Bu bağlamda elde edilen verilerin normal dağılımları göz önünde bulundurularak Regresyon Analizi, istatistiksel değerlendirmelerde kullanılmıştır. Bu değerlendirmeler çerçevesinde bedensel engelli bireyler üzerinde gerçekleştirilen aracılık analizi tahmin sonuçlarına göre, spor yapma durumunun psikolojik sağlamlığa etkisinde benlik saygısının tam aracılık rolünün olduğu anlaşılmıştır. Buna göre spora aktif katılım, benlik saygısı üzerinde olumlu etki oluşturmakta ve aynı zamanda benlik saygısı artıkça, psikolojik sağlamlık da artmaktadır. Bununla birlikte spora aktif katılım, psikolojik sağlamlık üzerinde olumlu etkiye sahip olup bu etkiyi benlik saygısı üzerinden sağlamaktadır. Diğer bir ifadeyle, spora aktif katılım benlik saygısını etkilemekte, benlik saygısı ise psikolojik sağlamlığı etkilemektedir. Bu sonucun, Sonstroem ve Morgan (1989) tarafından geliştirilen ve araştırmacılar arasında orijinal ya da uyarlanmış formların en kabul edilebilir modeli olan "Egzersiz ve Benlik Saygısı Modeli (EXSEM)"ne önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Engelli, Spor, Psikolojik Sağlamlık, Benlik Saygısı, Aracılık Etkisi.

The Mediating Role Of Self-Esteem In The Effect Of Sport On Resilience: A Study On Physically Handicapped Athletes And Sedentary Individuals

In this study conducted within the scope of physically handicapped individuals, it was aimed to examine the mediating role of self- esteem in the effect of active participation in sports on resilience. In this direction, the research was designed with a correlational research model, one of the quantitative approaches. In this framework, the working group; It consists of 287 physically handicapped individuals, including 108 (37.6%) women and 179 (62.4%) men. The data were collected via the "Personal Information Form" prepared by the researchers, the "Rosenberg Self-Esteem Scale" developed by Rosenberg (1965) and adapted into Turkish by Çuhadaroğlu (1986), and the "Brief Resilience Scale" developed by Smith et al. (2008) and adapted into Turkish by Doğan (2015). Confirmatory Factor Analysis was applied regarding the validity of these scales within the

scope of the study, and the internal consistency coefficient (Cronbach's Alpha) was calculated for their reliability. Considering the normal distribution of the data obtained in this context, Regression Analysis was used in statistical evaluations. Within the framework of these evaluations, according to the results of mediation analysis performed on physically handicapped individuals, it was understood that self-esteem had a full mediating role in the effect of doing sports on resilience. Accordingly, active participation in sports creates a positive effect on self-esteem, and at the same time, as self-esteem increases, resilience also increases. In addition, active participation in sports has a positive effect on resilience and provides this effect through self-esteem. In other words, active participation in sports affects self- esteem, self-esteem affects resilience. It is thought that this result will make important contributions to the "Exercise and Self-Esteem Model (EXSEM)" developed by Sonstroem and Morgan (1989), which is the most acceptable model of original or adapted forms among researchers.

Keywords: Handicapped, Sports, Resilience, Self-Esteem, Mediating Role.

FİZİKSEL AKTİVİTE VE SAĞLIK / PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH

SB37

SEDANTER YAŞAM TARZINA SAHİP GENÇ YETİŞKİNLERİN SAĞLIK İLİŞKİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Fatih GÜR

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, DENİZLİ

Giriş ve Amaç: Günümüzde genç yetişkinler arasında oldukça yaygın şekilde görülmekte olan sedanter yaşam tarzı, bulaşıcı olmayan hastalıkların temel nedenlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Dolayısı ile genç yetişkin popülasyonun düşük fiziksel aktivite düzeyi aynı zamanda önemli bir halk sağlığı problemini oluşturmaktadır. Bu araştırmanın amacı sedanter yaşam tarzına sahip genç yetişkinlerin sağlık ilişkili fiziksel uygunluk parametrelerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya Pamukkale Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan ve aynı zamanda Dünya Sağlık Örgütü'nün yetişkinler için tavsiye ettiği en düşük egzersiz düzeyini (haftada 3-5 gün, orta şiddette 150 dk. üzeri veya yüksek şiddette 75 dk. üzeri) son 6 aydır karşılamayan 114 kadın (yaş ortalamaları 22.45±1.50 yıl, boy uzunluğu ortalamaları 162.48±5.65 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 59.42±10.64 kg) ve 78 erkek (yaş ortalamaları 21.08±3.20 yıl, boy uzunluğu ortalamaları 174.23±4.95 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 71.02±8.75 kg) katıldı. Katılımcıların kardiyorespiratuar uygunluk özellikleri 20m. mekik koşusu testi, vücut kompozisyonları biyoelektrik impedans cihazı, kassal uygunluk özellikleri el dinamometresi, maksimum şınav ve maksimum mekik testleri, esneklik özellikleri ise dijital fleksiyon metre cihazı kullanılarak belirlendi. Verilerin değerlendirilmesinde aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanıldı.

Bulgular: Kadın katılımcıların ortalama değerleri incelendiğinde VO2max; 25.19±2.40 ml/kg/dk, vücut yağ yüzdesi; 24.83±7.91, sağ el kavrama kuvveti; 25.45±4.06 kg, sol el kavrama kuvveti; 24.04±4.10 kg, max. şınav; 4.39±3.62 adet, max. mekik; 18.50±10.14 adet, esneklik; 6.23±8.96 cm olarak bulundu. Erkek katılımcıların ortalama değerleri incelendiğinde VO2max; 36.60±5.20 ml/kg/dk, vücut yağ yüzdesi; 15.53±8.91, sağ el kavrama kuvveti; 42.95±7.05 kg, sol el kavrama kuvveti; 41.32±7.02 kg, max. şınav; 18.17±7.19 adet, max. mekik; 30.59±12.60 adet, esneklik; 4.58±9.15 cm olarak bulundu.

Sonuç: Katılımcıların sağlık ilişkili fiziksel uygunluk parametreleri, spor bilimleri literatüründeki cinsiyet ve yaşa göre sınıflanmış norm değerleri ile kıyaslandığında normal değerlerin altında olduğu görüldü. Sonuç olarak sedanter yaşam tarzı ve düşük fiziksel aktivite düzeyi genç yetişkinlerin sağlık ilişkili fiziksel uygunluk parametreleri üzerinde olumsuz bir etkiye neden olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Fiziksel Aktivite, Fiziksel Uygunluk, Sedanter.

Determination Of Health-Related Physical Fitness Parameters Of Young Adults With A Sedentary Lifestyle

Introduction and Aim: The sedentary lifestyle, which is quite common among young adults nowadays, is considered to be one of the main causes of non- infectious diseases. Therefore, lower level of physical activity in the young adult population poses an important public health problem. The aim of this study is to determine the health-related physical fitness parameters of young adults with a sedentary lifestyle.

Methods: The study was conducted 114 females (mean age:22.45±1.50 years, mean height:162.48±5.65 cm, mean body weight:59.42±10.64 kg) and 78 males (mean age:21.08±3.20 years, mean height:174.23±4.95 cm, mean body weight:71.02±8.75 kg), studying at Pamukkale University and who failed to meet the lowest level of exercise recommended by the World Health Organization for adults for the last 6 months (≥150 min with moderate intensity or high intensity ≥75 min. above for 3-5 days a week). The cardiorespiratory fitness characteristics of the participants were determined by 20 m shuttle run test, their body compositions were determined by bioelectric impedance device, muscular fitness characteristics were determined by hand dynamometer test, maximum push-up and maximum shuttle tests, and their flexibility characteristics were determined by the digital flexion meter device. Arithmetic mean and standard deviation values were used in the evaluation of the data.

Results: When the average values of the female participants were examined, VO2max was 25.19±2.40 ml/kg/min, body fat percentage was 24.83±7.91, right hand grip strength was 25.45±4.06 kg, left hand grip strength was 24.04±4.10 kg, maximum number of pull-ups was 4.39±3.62, the maximum number of shuttles was 18.50±10.14, and flexibility was 6.23±8.96 cm. When the average values of the male participants were examined, VO2max was 36.60±5.20 ml/kg/min, body fat percentage was 15.53±8.91, right hand grip strength was 42.95±7.05 kg, left hand grip strength was 41.32±7.02 kg, maximum number of pull-ups was 18.17±7.19, maximum number of shuttles was 30.59±12.60, and flexibility was 4.58±9.15 cm.

Conclusion: The participants' health-related physical fitness parameters were found to be below normal values, when compared to norm values classified by gender and age in sports science literature. As a result, sedentary lifestyle and low levels of physical activity cause a negative impact on the health-related physical fitness parameters of young adults.

Keywords: Exercise, Physical Activity, Physical Fitness, Sedentary.

SB43

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ORTA-YÜKSEK ŞİDDETTE EGZERSİZ YAPAN ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE ILE YAŞAM KALİTESİ İLİŞKİSİ

***[1]Dilek Yalız-Solmaz*, [1]Gülsün Güven, [1]Gonca Eren**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir

***Email :** dilekyaliz@eskisehir.edu.tr, gaydin@eskisehir.edu.tr, goncaeren@eskisehir.edu.tr*

Amaç: Bu araştırmanın amacı Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde orta ve yüksek şiddette egzersiz yapan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Yöntem: Araştırmaya Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde orta-yüksek şiddette egzersiz yapan farklı sınıf düzeyleri ve bölümlerde öğrenim gören 314 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın fiziksel aktivite değişkeni ile ilgili veriler 'Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu -UFAA Kısa Form- International Physical Activity Questionnaire- ile toplanmıştır. Katılımcıların yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde 'Kısa Form 36 (KF-36) Yaşam Kalitesi Ölçeği' uygulanmıştır. Verilerin analizinde frekans, yüzde, standart sapma, ortalama kullanılmıştır. Niceliksel parametreler arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile test edildi.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğrencilerin 132'si orta şiddette egzersiz (%42.0) ve 182'si ise yüksek şiddette egzersiz (%58.0) yapmaktadır. Yaşam kalitesi ölçeğinin sekiz alt boyutu incelendiğinde en yüksek puan ortalamasının fiziksel işlev alt boyutuna ($\bar{x}$=90.37) ait olduğu görülmektedir. Fiziksel işlev alt boyutunu sırasıyla fiziksel rol kısıtlılığı ($\bar{x}$ =84.23), duygusal rol kısıtlılığı ($\bar{x}$=73.04), fiziksel ağrı ($\bar{x}$ =71.35), sosyal işlev ($\bar{x}$ =66.28), genel sağlık ($\bar{x}$ =65.27), duygusal sağlık ($\bar{x}$ =63.50) alt boyutları izlemektedir. En düşük puan ortalaması ise yaşamsallık alt boyutuna ($\bar{x}$ =60.92) aittir. Fiziksel aktivite düzeyi ile fiziksel işlev (r= .002; p>.05), yaşamsallık (r=.051, p>.05), sosyal işlev (r= -.015, p>.05), fiziksel ağrı (r= .014, p>.05), genel sağlık (r= .068, p>.05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna karşın fiziksel aktivite ile fiziksel rol kısıtlılığı (r= -.137; p<.05) ve duygusal rol kısıtlılığı (r= -.142; p<.05) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken, fiziksel aktivite ile duygusal sağlık (r= .063, p>.05) arasında ise pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Sonuç olarak orta-yüksek şiddette fiziksel aktivite yapan öğrencilerin yaşam kalitesinin alt boyutları olan fiziksel ve duygusal rol kısıtlılığını azalttığı buna karşın duygusal sağlığı geliştirdiğini söyleyebiliriz.

The Relationship Between Physical Activity And Quality Of Life Of Students Exercising Medium-High Intensity In Faculty Of Sport Sciences

Aim: The aim of this study is to examine the relationship between physical activity level and quality of life sub-dimensions of students who exercise at medium-high intensity in the Faculty of Sport Sciences.

Method: 314 students from Eskişehir Technical University, Faculty of Sport Sciences, exercising at medium-high intensity, studying at different grade levels and departments participated in the study. The data related to the physical activity variable of the study were collected by 'International Physical Activity Questionnaire Short Form - UFAA Short Form- International Physical Activity Questionnaire. "Short Form 36 (SF-36) Quality of Life Scale" was applied to evaluate the quality of life of the participants. Frequency, percentage, standard deviation and

average were used in the analysis of the data. The relationship between quantitative parameters was tested using Spearman correlation analysis.

Results: It was revealed that 132 of the students participating in the study did moderate intensity exercise (42.0%) and 182 of them exercised at high intensity (58.0%). When eight sub-dimensions of the quality of life scale are examined, it is seen that the highest mean score belongs to the physical function sub-dimension ($\bar{x}$ = 90.37). Respectively, physical role limitation ($\bar{x}$ = 84.23), emotional role limitation ($\bar{x}$ = 73.04), physical pain ($\bar{x}$ = 71.35), social function ($\bar{x}$ = 66.28), general health ($\bar{x}$ = 65.27), emotional health ($\bar{x}$ = 63.50) followed by sub- dimensions. The lowest mean score belongs to the vitality sub-dimension ($\bar{x}$ = 60.92). There was no statistically significant relationship between physical activity level and physical function (r= .002; p>.05), vitality (r=.051, p>.05), social function (r= -.015, p>.05), physical pain (r= .014, p>.05) and general health (r= .068, p>.05). On the other hand, there is a significant negative relationship between physical activity and physical role limitation (r = -.137; p <.05) and emotional role limitation (r = -.142; p <.05), while physical activity and emotional health (r = .063, p> .05), a significant positive correlation was found between.

Conclusion: As a result, we can say that students who do medium-high intensity physical activity decrease physical and emotional role limitation, which are sub-dimensions of quality of life, but improve emotional health.

SB86

KRONİK HASTALIĞI OLAN 60 YAŞ VE ÜZERİ BİREYLERİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ VE KARDİYOVASKÜLER RİSK FAKTÖRLERİ BİLGİ DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Ahmet Toptaş, [2]Nevzat Demirci, [1]Mustafa Bahar

[1]Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstütüsü, MERSİN
[2]Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MERSİN

Email : *ahmettoptas@gmail.com, nevzatdemirci44@hotmail.com, diyetuzmani@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada; Kronik hastalığı olan 60 yaş ve üzeri bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının ve kardiyovasküler risk faktörleri bilgi düzeylerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 60 yaş üstü (kadın 67.12 ± 5.11 ve erkek 69.38 ± 5.51) 362 katılımcı ile yapılmıştır. Çalışmada Kardiyovasküler Hastalıklar Risk Faktörleri Bilgi Düzeyi (KARRİF-BD) Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları II (SYBD II) Ölçeği kullanıldı. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde Mann Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi ve Farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı Post-Hoc analizi kullanıldı. KARRIF-BD ve SYBDÖ-II puan ortalamaları arasındaki ilişki Spearman korelasyon analizi ile değerlendirildi. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Katılımcıların KARRİF-BD toplam puan ortalaması 16,99±4,69, SYBD-II toplam puan ortalaması 105,17±22,88 olduğu belirlendi. SYBDÖ II alt boyutlarından manevi gelişim puan ortalamalarının en yüksek, fiziksel aktivite alt boyut puan ortalamalarının ise en düşük olduğu tespit edildi. KARRİF-BD ile SYBDÖ-II puanları cinsiyet, medeni durum, sigara içme, eğitim, gelir ve kronik hastalık durumuna göre (KARRİF-BD hariç) toplam puan ve diğer alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ($p<0.05$; $^{**}p<0.01$) belirlendi. Eğitim durumuna göre farklılık lise ve üniversite mezunlarının toplam ve tüm alt boyutlarda aldıkları puanların diğerlerinden daha yüksek olduğu, gelir durumuna göre >5000 TL üzeri geliri olanlarda daha yüksek olduğu ve en düşük puanın < 1400 TL altında gelire sahip olanlarda olduğu, kronik hastalık açısından ise hiperlipidemi hasta grubunda daha yüksek olarak belirlenirken koroner arter hastalığına sahip olan bireylerde düşük olduğu saptandı. KARRİF-BD ile SYBDÖ-II ölçekleri arasında pozitif yönlü, zayıf düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r=0,316^{**}$, $p<0.01$) tespit edildi.

Sonuç: Sonuç olarak; Kronik hastalığı olan 60 yaş ve üzeri bireylerin KARRİF-BD'nin arttırılması ve SYBD'nın geliştirilmesinin kaçınılmaz bir gereksinim olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kronik Hastalık, Kardiyovasküler Risk Faktörleri, Bilgi Düzeyi, Sağlıklı Yaşam Biçimi

Evaluation Of Healthy Lifestyle Behaviors And Cardiovascular Risk Factors Knowledge Levels Of Individuals 60 Years And Older With Chronic Disease

In this study; It was aimed to evaluate healthy lifestyle behaviors and cardiovascular risk factors knowledge levels of individuals with chronic diseases aged 60 and over. The study was conducted with 362 participants over the age of 60 (female 67.12 ± 5.11 and male 69.38 ± 5.51). Cardiovascular Disease Risk Factors Knowledge Level

(CARRF-KL) Scale and Healthy Lifestyle Behaviors II (HLSB II) Scale were used in the study. Mann Whitney U test and Kruskal Wallis test and complementary Post-Hoc analysis were used to determine the differences in the evaluation of the data obtained. The relationship between CARRIF-BD and HLBS-II mean scores was evaluated using Spearman correlation analysis. The level of significance was taken as $p < 0.05$. It was determined that the CARRF-KL total score average of the participants was 16.99 ± 4.69 and the HLSB II total score average was 105.17 ± 22.88. It was determined that spiritual development score averages of the HLBS II sub-dimensions were the highest, and the physical activity sub-dimension mean scores were the lowest. There is a statistically significant difference between CARRF-KL and HLSB IIscores in terms of gender, marital status, smoking, education, income and chronic disease status (except CARRF-KL) total score and other sub-dimensions ($p < 0.05$; ** $p < 0.01$) was determined. The difference according to education status is that the total and all sub-dimensions of high school and university graduates are higher than the others, higher in those with an income> 5000 TL according to their income level, and the lowest score is in those with an income below 1400 TL, In terms of chronic disease, hyperlipidemia While it was higher in the patient group, it was lower in individuals with coronary artery disease. A positive, weak and statistically significant relationship ($r = 0.316$ **, $p < 0.01$) was found between CARRF-KL and HLSB II scales. As a result; It is thought that it is an inevitable necessity to increase CARRF-BD and development of HLSB for individuals aged 60 and over with chronic diseases.

Keywords: Chronic Disease, Cardiovascular Risk Factors, Knowledge Level, Healthy Lifestyle

SB135

COVID-19'DAN ÖNCE VE SIRASINDA; GENÇ ERKEK HENTBOL OYUNCULARINDA FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ

[1]Tuba İnce Parpucu, [1]Zeliha Başkurt, [1]Alper Kemal Gürbüz

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi,Isparta

Email : *fzttubaince@gmail.com, , alperkemal4@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Korona virüsü hastalığı 2019 (COVID-19) salgını sırasında, Türkiye hükümeti, fiziksel aktivite (PA) uygulamasına getirilen sınırlamalar da dahil olmak üzere virüsün yayılmasını kontrol etmek için kontrol tedbirleri benimsedi. Bu çalışmanın amacı, COVID-19'un son yedi günü ve öncesinde fiziksel olarak aktif genç hentbol oyuncuları arasında enerji harcaması (MET-dakika / hafta) olarak ifade edilen PA düzeylerini belirlemektir. Yöntem: Çalışmaya 16-19 yaş arası 18 gönüllü erkek hentbol oyuncusu katıldı. Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinin uyarlanmış bir versiyonu - kısa form (IPAQ-SF) katılımcılara çevrimiçi bir anket aracılığıyla uygulandı. İstatistiksel analizler için Wilcoxon testi kullanıldı.

Bulgular: Katılımcıların vücut ağırlığı ortalamaları 69,94±9,19 kg. (min:57kg, max:92kg), boy uzunluğu ortalamaları 177,61±7,32 cm. (min:165cm, max:196cm), yaş ortalamaları 17,16±0,98 yıldır. Hentbolcuların Covid -19 öncesi MET değerleri; 6239,22±5613,17 iken Covid -19 sırasındaki MET değerleri; 4603,77±6147,18 olarak hesaplanmıştır. Covid-19 Öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen met değerlerinin karşılaştırılmasına göre çalışmaya katılan hentbolcuların fiziksel aktivite düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azalma göstermiştir (p:0,048). Sporcuların % 33,3'ü Covid-19 dönemi boyunca aktivite alanına sahipken, %66,7'si aktivite alanı imkanları olmadığını belirtmiştir. Covid-19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerleri arasındaki fark ise evinde aktivite alanı olan hentbolcularda 2385,00±2642,27 iken evinde aktivite alanı olmayan hentbolcularda 1260,66±2975,47 olarak hesaplanmıştır. Evinde Aktivite alanı olanlar ile olmayanlar karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür (p: 0,399). Evinde aktivite alanı olanların MET değeri azalması olmayanlara göre daha fazladır.

Sonuç: Elde ettiğimiz sonuçlara dayanarak, mevcut Covid-19'un genç erkek hentbol oyuncularında Fiziksel Aktivite Düzeyi uygulamasını olumsuz etkilediğini söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, COVID-19, genç erkek hentbol oyuncular

BEFORE AND DURING COVID-19; PHYSICAL ACTIVITY LEVEL IN YOUNG MALES HENTBOLL PLAYERS

Introduction and purpose: During the corona virus disease 2019 (COVID-19) pandemic, the Turkey government has adopted containment measures to control the virus'sspread, including limitations to the practice of physical activity (PA). The aim of this study was to estimate the levels of PA, expressed as energy expenditure (MET–minute/week), among the physically active young hentbol players before and during the last seven days of the COVID-19.

Method: 18 volunteer males hentbol players aged between 16-19 years participated in thes tudy. An adapted version of the International Physical Activity Questionnaire—short form (IPAQ-SF) was administered to the

participants through an online survey. The Wilcoxon signed- rank test was used for statistical analyses. Results: The average body weight of the participants is 69.94 ± 9.19 kg. (min: 57kg, max: 92kg), the average height is 177.61 ± 7.32 cm. (min: 165cm, max: 196cm), their average age is 17.16 ± 0.98 years. While 33.3% of the athletes had an activity area during the covid-19 period, 66.7% stated that they did not have activity areas. Handball players' MET values before Covid -19; While 6239.22 ± 5613.17, MET values during Covid -19; It was calculated as 4603.77 ± 6147.18. According to the comparison of met values measured before Covid-19 and during Covid-19, the physical activity levels of the handball players participating in the study showed a statistically significant decrease (p: 0.048). The difference between the MET values measured before Covid-19 and during Covid-19 was It was calculated as 2385.00 ± 2642.27 for handball players and 1260.66 ± 2975.47 for handball players who do not have an activity area at home. It was observed that there was no statistically significant difference when compared with those who did not have activity at home (p: 0.399). Those with an activity area at home are more likely to have a decrease in MET than those who do not.

Conclusion: Based on our out comes, we can determine that the current COVID-19 has negatively affected the practice of Physical Activity Level in young males hentbol players.

Key Words: Physical activity, COVID-19, young males hentbol players

SB144

COVID-19 SIRASINDA ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ

[2]Tuba İnce Parpucu, [1]İrem Süzen, [2]Ferdi Başkurt

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, ISPARTA
[2]Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ISPARTA

Email : *tubaparpucu@sdu.edu.tr, suzenn.irem@gmail.com, ferdibaskurt@sdu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Mevcut COVID-19 salgını karşısında halk sağlığı önerileri ve hükümet önlemleri, tecritleri ve kısıtlamaları zorunlu kılmıştır. Bu kısıtlamalar enfeksiyon oranını azaltmaya yardımcı olurken, bu tür sınırlamalar, normal günlük aktivitelerdeki katılımı, fiziksel aktiviteyi (FA) ve egzersizin birçok formuna katılımı sınırlayarak olumsuz etkilerle neden olur. Bu çalışmanın amacı, sağlıklı genç erişkin popülasyonun COVID-19 dönemi boyunca fiziksel aktivite düzeyini ortaya koymaktır.

Yöntem: Çalışmaya 18-31 yaşları arasındaki 80'i kız ve 26'sı erkek olmak üzere 106 gönüllü üniversite öğrencisi katılmıştır. Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-kısa form (IPAQ-SF)'un uyarlanmış bir versiyonu katılımcılara çevrimiçi bir anket aracılığıyla uygulanmıştır. İstatistiksel analizler için Wilcoxon işaretli sıra testi ve mann whitney u testi kullanılmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin Covid-19 öncesi MET değerleri; 3633,98±3828,12 iken Covid-19 sırasındaki MET değerleri; 4141,90±6829,81 olarak hesaplanmıştır. Covid-19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerlerinin karşılaştırılmasına göre çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artma göstermiştir (p:0,047). Covid-19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerleri arasındaki fark kadın öğrencilerde 706,17±6123,84 iken erkek öğrencilerde -102,07±8017,13 olarak hesaplanmıştır. Covid- 19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerlerinin arasındaki fark cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Sonuç: Elde ettiğimiz bulgulara dayanarak, mevcut COVID-19'un üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyini olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, COVID-19, sağlıklı genç yetişkinler

Physical Activity Level In University Students During COVID-19

Introduction and purpose: In the face of the present COVID-19 pandemic, public health recommendations and governmental measures have enforced lock downs and restrictions. While these restrictions help to abate the rate of infection, such limitations result in negative effects by limiting participation in normal daily activities, physical activity (PA) and access to many forms of exercise. The aim of this study was to investigate physical activity level in healthy young adult population during COVID-19.

Method: 106 volunteer university students, 80 females and 26 males, aged between 18-31 years participated in the study. An adapted version of the International Physical Activity Questionnaire-short form (IPAQ-SF) was

administered to the participants through an online survey. The Wilcoxon signed-rank test and the mann whitney u test were used for statistical analyses.

Results: While the MET values of the students before Covid-19 were 3633.98 ± 3828.12, the MET values during Covid-19 were calculated as 4141.90 ± 6829.81. According to the comparison of MET values measured before Covid-19 and during Covid-19, the physical activity levels of the students participating in the study showed a statistically significant increase (p:0.047). While the difference between MET values measured before Covid-19 and during Covid-19 was 706.17 ± 6123.84 in female students, it has been calculated as -102.07 ± 8017. 13 for male students. The difference between MET values measured before Covid-19 and during Covid-19 does not differ significantly by gender.

Conclusion: Based on our outcomes, we can determine that the current COVID-19 has positively affected the practice of Physical Activity Level in University Students.

KeyWords: Physical activity, COVID-19, healthy young population

SB146

GENÇ FUTBOLCULARDA COVID-19 ÖNCESİ VE SIRASINDA FİZİKSEL AKTİVİTE SEVİYELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]İrem Süzen*, [2]Tuba İnce Parpucu, [2]Mesut Ergan**

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, ISPARTA
[2]Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ISPARTA

***Email :** suzenn.irem@gmail.com, tubaparpucu@sdu.edu.tr, mesutergan@sdu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Corona virüs hastalığı 2019 (COVID-19), Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 11 Mart 2020'de küresel bir salgın ilan edildi. COVID-19 sırasında, genç nüfusa evlerinde kalmaları ve bunun sonucunda olağan faaliyetlerine ara vermeleri talimatı verildi. Uzun süreli evde kalma, inaktiviteye yol açan hareket tarzını artırabilir. Bu çalışmanın amacı, genç futbolculardaki fiziksel aktivite düzeylerini COVID-19 öncesi ve sırasında karşılaştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 11-17 yaş arası 20 gönüllü erkek futbolcu katıldı. Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-kısa form (IPAQ-SF)'un uyarlanmış bir versiyonu katılımcılara çevrimiçi bir anket aracılığıyla uygulandı. İstatistiksel analizler için Wilcoxon işaretli sıra testi ve bağımlı gruplarda t testi kullanıldı. Bulgular: Futbolcuların Covid-19 öncesi MET değerleri; 3137,55±2261,44 iken Covid-19 sırasındaki MET değerleri; 2605,40±2049,82 olarak hesaplanmıştır. Covid-19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerlerinin karşılaştırılmasına göre çalışmaya katılan futbolcuların fiziksel aktivite düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azalma göstermiştir (p: 0,05). Covid-19 öncesi ve Covid-19 sırasında ölçülen MET değerleri arasındaki fark ise evinde aktivite alanı olan futbolcularda 1201,87±1142,64 iken evinde aktivite alanı olmayan futbolcularda 85,66±923,66 olarak hesaplanmıştır. Evinde aktivite alanı olanlar ile olmayanlar karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Evinde aktivite alanı olanların Covid-19 sırasında MET değeri azalması olmayanlara göre daha fazladır.

Sonuç: Elde ettiğimiz bulgulara dayanarak, mevcut COVID-19'un genç erkek futbolcularda Fiziksel Aktivite Düzeyi uygulamasını olumsuz etkilediğini belirtebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, COVID-19, genç futbolcular

Comparison Of Physical Activity Levels In Young Footboll Players Before And During COVID-19

Introduction and purpose: Corona virus disease 2019 (COVID-19) was declared a global pandemic by World Health Organization (WHO) on the 11th March of 2020. During the COVID-19, the young population were instructed to stay in their homes and, by consequence, interrupt their usual activities. As prolonged home stays can increase behaviors that lead to inactivity. The aim of this study was to compare physical activity levels in young footboll players before and during COVID-19.

Method: 20 volunteer males footboll players aged between 11-17 years participated in the study. An adapted version of the International Physical Activity Questionnaire-short form (IPAQ-SF) was administered to the participants through an online survey. The Wilcoxon signed- rank test and the t test in dependent groups were used for statistical analyses.

Results: While the MET values of football players before Covid-19 were 3137.55 ± 2261.44, MET values during Covid-19 were calculated as 2605.40 ± 2049.82. According to the comparison of MET values measured before Covid-19 and during Covid-19, the physical activity levels of the football players participating in the study showed a statistically significant decrease (p: 0.05). The difference between MET values measured before Covid-19 and during Covid-19 was calculated as 1201.87 ± 1142.64 for football players with an activity area at home, and 85.66 ± 923.66 for football players without an activity area at home. It was seen that there was a statistically significant difference when those with and without activity area at home were compared ($p<0.05$). Those who have an activity area at home have more decrease in MET value during Covid-19 than those who don't have an activity area at home. Conclusion: Based on our outcomes, we can determine that the current COVID-19 has negatively affected the practice of Physical Activity Level in young males footboll players.

KeyWords: Physical activity, COVID-19, young footboll players

SB162

ADOLESAN SPORCULARDA GÜNEŞTEN KORUNMA VE GÜNEŞ KREMİ ILE İLGİLİ BİLGİ DÜZEYİ, TUTUM VE DAVRANIŞLARIN ARAŞTIRILMASI

[2]Havva Hilal AYVAZ ÇELİK, [1]Hüseyin Tolga ACAR, [1]Sabriye ERCAN, [1]Cem ÇETİN

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Ana Bilim Dalı, ISPARTA
[2]Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dermatoloji Ana Bilim Dalı, ISPARTA

Email : *drhhilalayvaz@gmail.com, tolgacar_32@hotmail.com, sabriyeercan@gmail.com, sporhekimi@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmada, 12-18 yaş arası adolesan lisanslı sporcuların güneşten korunma ve güneş koruyucu kullanımı ile ilgili bilgi düzeylerini değerlendirmek amaçlanmıştır.

Yöntem: İlimizde, lisanslı olarak spor yapan 644 adolesan çalışmaya dahil edilmiştir. Örneklem; tabakalama yöntemi ile seçilmiştir. Anketler sporcuların antrenman yaptıkları ortamda, yüz yüze görüşme tekniği ile doldurulmuştur. Katılımcıların; demografik verileri kaydedilmiştir. Ardından katılımcılara, Transteoretik Model (TTM) kuramı baz alınarak hazırlanan; Güneşten Korunma ve Güneş Koruyucu Kullanma Değişim Aşamaları Ölçekleri ile Güneşten Korunma Davranış Ölçeği, Güneşten Korunma Karar Dengesi Ölçeği, Güneşten Korunma Öz Yeterlilik Ölçeği uygulanmıştır. Bulgular: Sporcuların %59 (n=380)'u iç mekanda (Grup kapalı), %41 (n=264)'i dış mekanda (Grup açık) antrenmana/müsabakaya katılmaktadır. TTM'ye göre; sporcuların %60.2 (n=388)'si Güneşten Korunma Değişim Aşamalarının 'düşünmeme', %12.7 (n=82)'si 'sürdürme' basamağındadır. Diğer taraftan; sporcuların %69.1 (n=445)'inin Güneş Koruyucu Kullanma Değişim Aşamalarının 'düşünmeme', %10.7 (n=69)'sinin 'sürdürme' basamağında olduğu tespit edilmiştir. Adolesan sporculara uygulanan ölçek sonuçlarında gruplar arasında fark belirlenmemiştir ($p>0.05$)

Sonuç: Çalışmamızdan elde ettiğimiz veriler ışığında, açık ya da kapalı alanda spor yapmaktan bağımsız olarak, adolesan yaş grubundaki sporcuların güneşten korunma, güneş koruyucu kullanımı ve deri kanseri konusunda bilgi düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Öncelikle dış mekan sporcuları olmak üzere tüm adolesan sporculara, güneşin zararlı etkileri hakkında eğitim ve danışmanlık yapılmasını önermekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Adolesan, deri neoplazmları, güneş koruyucular, mor ötesi ışınlar, sporcular, transteoretik model.

Investigation Of Knowledge Level, Attitudes And Behaviors About Sun Protection And Sunscreen In Adolescent Athletes

Introduction and Objective: It is aimed to evaluate the knowledge level of adolescent licensed athletes between the ages of 12-18 regarding sun protection and sunscreen use.

Methods: In our city, 644 adolescents engaged in sports under license were included in the study. Sample have selected by stratification method. The questionnaires were filled with face-to-face interview technique in the athletes' training environment. Participants; demographic data were recorded. Then, the participants were prepared based on the Transteoretic Model (TTM) theory; Sun Protection and Sunscreen Use Stage of Changes

Scales and Sun Protection Behavior Scale, Sun Protection Decision Balance Scale, Sun Protection Self-Efficacy Confidence were applied.

Results: While 59% (n = 380) of the athletes participate in training/competition indoors (Group indoor), 41% (n = 264) of the athletes participate in outdoors (Group outdoor). According to TTM; 60.2% (n = 388) of the athletes are at the stage of "Precontemplation", and 12.7% (n = 82) of the Sun Protection Change Phases are "Maintenance". On the other hand; It was determined that 69.1% (n = 445) of the athletes were in the step of "Precontemplation", and 10.7% (n = 69) of the "Maintenance" sunscreen change stages. The scale results applied to adolescent athletes did not differ between the groups ($p>0.05$).

Conclusion: In the light of the data we obtained from our study, it was determined that the adolescent age group athletes have a low level of knowledge about sun protection, sunscreen use and skin cancer, regardless of sports discipline in the outdoor or indoor. We recommend training and counseling for all adolescent athletes, primarily outdoor athletes, about the harmful effects of the sun.

Keywords: Adolescent, skin neoplasms, sunscreens, ultraviolet rays, athletes, transtheoretical model.

SB170

COVİD-19 PANDEMİSİNİN YAŞAM TARZI ALIŞKANLIKLARINA VE YAŞAM KALİTESİNE ETKİSİ

***[1]Azize Bingöl Diedhiou*, [2]Atakan Yılmaz, [3]Fikriye Yılmaz**

[1]Şırnak Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, ŞIRNAK
[2]Lokman Hekim Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[3]Başkent Üniversitsi Sağlık Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** bingolazize@gmail.com, atakanylmz@gmail.com, fyilmaz@baskent.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Pandemiler çok geniş coğrafyalara yayılan, hastalık ve ölümlere yol açan bulaşıcı, salgın hastalıklardır. DSÖ, 11 Mart 2020'de Covid-19'u küresel bir pandemi olarak ilan etmiştir. Sosyal önlemlerin, Covid-19 bulaşma oranını azalttığı kanıtlanmış olsa da, izolasyon, karantina ve uzun süre evde kalma süreçlerinin "pandemik korku" ile birlikte, ruh sağlığı üzerinde olumsuz bir yük yarattığı, sedanter davranışların artmasına, fiziksel aktivitenin azalmasına neden olarak kronik hastalıklar için bir risk unsuru oluşturduğu ve bütün olarak yaşam kalitesini olumsuz etkileyebileceği tahmin edilmektedir. Bu çalışmanın amacı Türkiye'de yaşayan bireylerin Covid-19 pandemi öncesi ve sırasında sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıklarının ve yaşam kalitelerinin değişimini incelemektir.

Yöntem: Çalışma online anket şeklinde tasarlanmış, veriler 11 Mayıs-25 Mayıs (15 gün) 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. 921 katılımcı anketi tamamlamıştır. Verilerin istatistiksel analizi IBM SPSS 22.0 paket programında tanımlayıcı istatistikler ve hipotez testleri ile değerlendirilmiştir. Çalışmanın nitel değişkenleri sayı ve yüzde ile, nicel değişkenleri ortalama ve standart sapma ile değerlendirilmiştir. Değerlendirmelerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya dahil olan katılımcıların yaşları 18 ile 65 arasında olup %57,2'si kadın, %60,5'i 18-29 yaş grubunda, %68,4'ü bekardır. %91,2'sinin eğitiminin yükseköğretim düzeyinde, %61,6'sının çalıştığı, %53'ünün mesleğinin profesyonel işler kategorisinde olduğu ve %28,7'sinin ekonomik durumunu iyi olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların 106'sı (%11,5) kronik bir hastalığı olduğunu, %59,3'ü genel sağlık durumunun iyi olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların VKİ pandemi sırasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yaklaşık %1'lik bir artış göstermiş, MET-dakika/hafta skorlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı belirlenmiştir($p>0,05$). Düzenli kahvaltı ve gün içerisinde atıştırmalık tüketiminde istatistiksel olarak anlamlı artış olduğu görülmektedir. Pandemi sırasında katılımcıların alkol ve sigara kullanma durumlarında istatistiksel olarak anlamlı iyileşme olduğu görülmektedir. Yaşam kalitesi değerlendirmelerini gösteren Görsel Analog Skalası ortalama puanlarının pandemi sırasında ortalama %7.40 ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı belirlenmiştir($p<0,05$).

Sonuç:Özellikle Türkiye'de fiziksel aktivitenin yetersizliği, obezitenin yaygınlığı gibi konular dikkate alındığında Covid-19'un uzun vadede çok farklı olumsuz sağlık sonuçlarının müsebbibi olması çok da haksız bir endişe

The Effect Of The Covid-19 Pandemic On Lifestyle Habits And Quality Of Life

Introduction and aim: Pandemics are contagious, epidemic diseases that spread over a wide geography and cause illness and death. WHO declared Covid-19 as a global pandemic on March 11, 2020. Although social measures have been proven to reduce the rate of Covid-19 transmission, isolation, quarantine and long-term

home stay together with "pandemic fear" create a negative burden on mental health, increase sedentary behaviors, decrease physical activity and cause chronic diseases. It is estimated to pose a risk factor and adversely affect the quality of life as a whole. The aim of this work before and during the COVID-19 pandemic of individuals living in Turkey and healthy lifestyle habits is to examine the changes in quality of life.

Method: The study was designed as an online questionnaire, and the data were collected between 11 May and 25 May (15 days) 2020. 921 participants completed the questionnaire. Statistical analysis of the data was evaluated using descriptive statistics and hypothesis tests in IBM SPSS 22.0 package program. Qualitative variables of the study were evaluated with number and percentage, and quantitative variables with mean and standard deviation. In the evaluations, the level of statistical significance was accepted as $p < 0.05$.

Results: The ages of the participants included in the study are between 18 and 65, 57.2% of them are female, 60.5% are in the 18-29 age group, 68.4% are single. 91.2% of them have education at the higher education level, 61.6% of them work, 53% of them are in the professional jobs category and 28.7% of them have good economic status. 106 of the participants (11.5%) stated that they had a chronic disease, 59.3% of them stated that their general health status was good. The BMI of the participants showed a statistically significant increase of approximately 1% during the pandemic, and it was determined that the MET-minute

SB240

BOŞ ZAMANLARINDA FİZİKSEL AKTİVİTE YAPAN VE YAPMAYAN EMNİYET MENSUPLARININ STRES DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

***[1]Muhammet Kocamaz*, [2]Yeliz Ilgar**

[1]Anadolu Üniversitesi, ESKİŞEHİR
[2]Pamukkale Üniversitesi, DENİZLİ

Email : *muhammetkocamaz42@gmail.com, yilgar@pau.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Stres günlük hayatın her aşamasının bir parçası durumuna gelmiş, vazgeçilmez bir ögesi olmuştur. Alanyazın incelendiğinde stres çalışmalarının çoğunluğunun son 30-40 yılda yapıldığı dikkat çekmekte bunun sebebi olarak; hızlı yaşantısal değişim, sanayi döneminden bilgi çağına geçiş, metropolleşme gibi faktörlerin olduğu söylenebilir. Araştırmanın temel amacı; emniyet mensuplarının boş zamanlarında düzenli fiziksel aktivite yapma durumlarına göre stres düzeylerinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışmada betimsel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini; Denizli ilinde görev yapan emniyet mensuplarından olasılığa dayalı yöntemlerden olmayan kolayda örnekleme tekniğiyle seçilen 298 kişi oluşturmuştur. Çalışmaya katılan bireyler; 'düzenli fiziksel aktivite grubu', 'düzensiz fiziksel aktivite grubu' ve 'hiç fiziksel aktivite yapmayanlar' olarak gruplandırılmıştır. Araştırmada veriler elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ve Stres düzeylerini belirlemek amacıyla Türkçe uyarlaması Yerlikaya ve İnanç (2007) tarafından yapılan "Algılanan Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Katılımcıların fiziksel aktivite yapma durumlarını belirlemek için frekans (f) ve yüzde (%) değerleri belirlenmiştir. Stres düzeylerini belirlemek amacıyla öncelikle normal dağılım testlerinden Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış verilerin normal dağılmadığı görülmüştür ($p< 0.05$). Bu nedenle verilerin analizinde non- parametrik testlerden 'Kruskall-Wallis' testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Araştırma sonuçlarına göre; düzenli fiziksel aktivite yapanlar 158 (%53), düzenli fiziksel aktivite yapmayanlar 81 (%27.2), ve fiziksel aktivite yapmayanlar 59 (%19.8) kişidir. Katılımcıların yaşları 22 ile 44 arasında değişmektedir. 161 (% 54) emniyet mensubu Polis Meslek Yüksekokulu, 44 (% 14.8) emniyet mensubu üniversite, 81 (% 27.2) emniyet mensubu lise ve 12 (% 4) emniyet mensubu da Polis Koleji mezunudur.

Sonuç: Araştırma sonuçlarına göre; Katılımcıların stres düzeylerinin fiziksel aktivite yapma düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmekte; düzenli bir şekilde fiziksel aktiviteye katılan emniyet mensuplarının stres düzeyleri, düzenli fiziksel aktivite yapmayanlar ve hiç fiziksel aktivite yapmayan bireylere göre anlamlı düzeyde düşük çıkmıştır ($p<0.05$). Buna göre, yoğun stres altında çalışan bu bireylerin düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılımı sağlayacak imkanlar oluşturulmalı ve yapılmalıdır.

Determining The Stress Levels Of The Police Offiers Who Do And Do Not Do Physical Activity In Their Leisure

Introductıon and Aim: Stress has become a part of every stage of daily life and has become an indispensable element. When the literature is examined, it draws attention that most of the studies have been carried out in the last 30-40 years. It can be said that there are factors such as rapid life change, transition from the industrial era to

the information age, metropolitanization. The main purpose of the research is; It is the determination of the stress levels of the police officers according to their regular physical activity in their leisure.

Method: In the study , scanning model, one of the descriptive research methods, was used.The sample of the research; 298 people who were selected by the convenıence sampling technique, which is not one of the probabilistic methods, consisted of the police officers working in Denizli. Participants in the study; The 'physical activity activity group' was grouped as 'those who did not do any physical activity'. In the study, the "Personal Information Form" given for resting and the "Perceived Stress Scale" adapted to Turkish by Yerlikaya and İnanç (2007) were used to obtain data. To learn the frequency (f) and percentage (%) to determine the state of physical activity. When Kolmogorov-Smirnov test, one of the primary normal distribution tests to determine stress levels, was applied, it was observed that it was not normally distributed ($p < 0.05$). In this product analysis, one of the non-parametric tests 'Kruskall-Wallis' test was used. The significance level in the analysis was 0.05.

Findings: According to the research results; Those who do regular physical activity are 158 (53%), 81 (27.2%) who do not do regular physical activity, and 59 (19.8%) who do not do physical activity. Participants' ages range from 22 to 44. 161 (54%) police officers were graduated from Police Vocational School, 44 (14.8%) Police College graduate.

Conclusion: According to the research results; It is observed that the stress levels of the participants differ in a statistically significant way according to their level of physical activity; The stress levels of the police officers who regularly participated in physical activity were found to be significantly lower than those who did not do regular physical activity and those who did not do any physical activity ($p < 0.05$). Accordingly, opportunities should be created and investments should be made to ensure that these individuals who work under intense stress regularly participate in physical activity.

SB266

AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ VE KAS İSKELET AĞRISINA ETKİSİ

***[1]Meryem Büke*, [1]Fatma Ünver**

[1]Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Denizli

***Email :** meryem_buke@hotmail.com, funver@pau.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Akıllı telefonlar, normal bir cep telefonuna göre konuşma ve mesajlaşmanın dışında pek çok avantaja sahiptir. Bu avantajların yanı sıra kişilerde akıllı telefon bağımlılığı oluşmakta ve vücut mekaniği de bu durumdan olumsuz etkilenmektedir. Bu çalışmanın amacı akıllı telefon bağımlılığının fiziksel aktivite düzeyi ve kas iskelet ağrısına olan etkilerini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 280 üniversite öğrencisi (185 kadın; 95 erkek; ortalama yaş: 20,84 ±2,37 yıl) dahil edildi. Fiziksel aktivite düzeyini belirlemek için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ) kullanıldı. Akıllı telefon bağımlılığı Akıllı Telefon Bağımlılık Ölçeği (ATBÖ) ile kas iskelet ağrıları ise Nordic Kas-iskelet Anketi kullanılarak belirlendi.

Bulgular: ATBÖ skorları incelendiğinde katılımcıların %31,8'inde (89 kişi) akıllı telefon bağımlılığı görüldü. Akıllı telefon bağımlığı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında negatif yönlü orta düzeyde ilişki bulundu (p=0,049, r=-0,419). Akıllı telefon bağımlılığına sahip olan kişilerin boyun (p=0,017) ve sırt ağrısı (p=0,040) şiddetleri anlamlı düzeyde yüksek bulundu.

Sonuç: Bulgular akıllı telefon bağımlılığının hem fiziksel aktivite düzeyi hem de ağrı şiddeti üzerine olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Bu nedenle boyun ve sırt ağrısı olan üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı da değerlendirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Ağrı, Akıllı telefon, Fiziksel aktivite

EFFECT OF SMARTPHONE ADDICTION ON PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AND MUSCULOSKELETAL PAIN

Introduction and Purpose: Smartphones have many advantages over a regular cell phone other than talking and messaging. In addition to these advantages, people become addicted to smartphones and body mechanics are negatively affected by this situation. The aim of this study is to examine the effects of smartphone addiction on physical activity level and musculoskeletal pain.

Method: 280 university students (185 females; 95 males; mean age: 20.84 ± 2.37 years) were included in the study. The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was used to determine the level of physical activity. Smartphone addiction was determined using the Smartphone Addiction Scale (ATBO) and musculoskeletal pains using the Nordic Musculoskeletal Questionnaire.

Results: When ATBO scores were examined, 31.8% (89 people) of the participants had smartphone addiction. A moderate negative correlation was found between smartphone addiction and physical activity level (p = 0.049, r =

-0.419). The severity of neck (p = 0.017) and back pain (p = 0.040) was found to be significantly higher in people with smartphone addiction.

Conclusion: The findings show that smartphone addiction has negative effects on both physical activity level and pain intensity. For this reason, smartphone addiction should be evaluated in university students with neck and back pain.

Keywords: Pain, Smartphone, Physical activity

SB267

MÜZİĞİN DENGE PARAMETRELERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

[1]Sevgi Evlendi, [1]Sabiha Gökçen Topal, [1]Meryem Büke, [1]Fatma Ünver

[1]Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Denizli

Email : *sevgi.eyv@gmail.com, sabihagokcen009@gmail.com, meryem_buke@hotmail.com, funver@pau.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Postüral dengenin sağlanması, çeşitli duyusal girdilerin etkili ve verimli bir şekilde kullanılmasına bağlıdır. Bu çalışmanın amacı sağlıklı bireylerde müziğin denge parametreleri üzerindeki etkisini belirlemektir.

Yöntem: Çalışmaya 18-35 yaş aralığında çalışmaya katılmaya gönüllü 42 birey dâhil edildi. Katılımcıların dinamik ve statik denge ölçümleri Prokin TecnoBody cihazıyla ölçüldü. Dominant ayak ve bipedal ayak üzerinde alınan ölçümler müziksiz ve müzikli olarak kaydedildi.

Bulgular: Veriler incelendiğinde müzik, dominant ayak üzerindeki statik mediolateral denge için anlamlı fark oluştururken (p=0,013*) diğer ölçümlerde fark bulunmadı. Cinsiyete göre incelendiğinde, statik ve dinamik dominant ayak ve bipedal ayak üzerinde kadınların denge skorları erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek bulundu (p<0,05).

Sonuç: Müzik, dominant ayakta mediolateral denge üzerinde olumlu etkisi nedeniyle güvenli ve motive edici bir yöntem olarak kullanılabilir. Sporcularda ve denge sorunu olan hastalarda kullanımı hakkında daha fazla veriye ihtiyaç olsa da çalışmamızın sonuçlarından yararlanılabilir.

Anahtar Kelimeler: Denge, Müzik, Sağlıklı birey

EFFECT OF MUSIC ON BALANCE PARAMETERS

Introduction and Aim: Achieving postural balance depends on the effective and efficient use of various sensory inputs. The aim of this study is to determine the effect of music on balance parameters in healthy individuals.

Method: Forty-two volunteers, aged 18-35, were included in the study. Dynamic and static balance measurements of the participants were measured with the Prokin TecnoBody device. The measurements taken on the dominant foot and bipedal foot were recorded with music and without music.

Results: When the data were examined, music made a significant difference for the static mediolateral balance on the dominant foot (p = 0.013 *), but not in other measurements. When analyzed according to gender, balance scores of women on static and dynamic dominant foot and bipedal foot were found to be significantly higher than men (p <0.05).

Conclusion: Music can be used as a safe and motivating method because of its positive effect on the mediolateral balance in the dominant foot. Although more data are needed on its use in athletes and patients with balance problems, the results of our study can be used.

Keywords: Balance, Music, Healthy individual

SB287

ERZURUM İL JANDARMA KOMUTANLIĞI KARARGAHINDA GÖREV YAPAN RÜTBELİ PERSONELİN SAĞLIKLI YAŞAMDA İLK YARDIM İLKELERİ VE FARKINDALIĞININ ARTIRILMASI

[1]Abdulvahit DOĞAR

[1]Atatürk Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, ERZURUM

Son yıllarda teknolojinin gelişimi ve insanların daha kalabalık şehirlerde yaşamasına bağlı çeşitli sağlık problemleri ve trafik kazalarına bağlı insan ölümlerinin artma eğilimi göstermekte olduğu belirlenmiştir. Özellikle, hasta ve yaralıya ulaşmada, hayat kurtarıcı hızlı ve bilinçli düzde ilk yardım yapılarak hasta/yaralının uygun hastane şartlarına ulaştırılmasında da çeşitli problemlerin meydana geldiği görülmektedir. Araştırma, Erzurum İl Jandarma Komutanlığı Karargahında görev yapan rütbeli personelin (Subay, Astsubay, Uzman Çavuş ve Uzman Erbaş) "Sağlıklı Yaşamda İlk Yardım İlkeleri ve Farkındalığının Artırılması" amacıyla yapılan betimsel ve deneysel bir çalışmadır.

Araştırmanın evrenini Erzurum İl Jandarma Komutanlığı Karargahında görev yapan rütbeli personeller (Subay, Astsubay, Uzman Çavuş ve Uzman Erbaşlar) oluşturmuştur. Örneklem seçilmeden önce Atatürk Üniversitesi ve Erzurum İl Jandarma Komutanlığı yetkilileri tarafından izin protokolleri yapılmış, belirlenen uygun zaman dilimlerinde (21.11.2019-31.12.2019 tarihlerinde 6 hafta süreli her Çarşamba 15:00-17:00 saatlerinde) ve uygun bir eğitimsel alanda teorik ve uygulamalı olarak "Sağlıklı Yaşamda İlk Yardım İlkeleri ve Farkındalığının Artırılması" eğitimi programı uygulanmıştır.

Uygulamaya 35 rütbeli Jandarma personeli katılmış katılan tüm personelin bilgi düzeylerinin belirlenmesi amacıyla "Sağlıklı Yaşamda İlk Yardım Temel İlkeleri ve Farkındalığı Bilgi Değerlendirme Formu" ön test ve son test olmak üzere (çoktan seçmeli 20'şer soru yöneltilmiş) iki kez uygulanmıştır. Uygulama sonucunda, ön test puan ortalaması (100 puan üzerinden) 47.87 puan, son test puan ortalaması ise 61.51 puan olarak (değişim; +13.54 puan) belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler : Sağlık, İnsan Sağlığı, İlk Yardım, Farkındalık.

INCREASING THE FIRST AID PRİNCIPLES AWARENESS OF THE SENIOR OFFICERS WORKING IN ERZURUM PROVINCIAL GENDARMERIE COMMAND

In recent years, it has been determined that various health problems due to the development of technology and people living in more crowded cities; and human deaths due to traffic accidents tend to increase. In particular, it is seen that various problems occur in reaching the patient and the injured, and providing the patient / injured to the appropriate hospital conditions by providing first aid in a fast and conscious life saving manner.

The research is a descriptive and experimental study carried out with the aim of "First Aid Principles and Creating Awareness in Healthy Life" of the senior staff (Officer, Petty Officer, Specialist Sergeant and Specially Trained Enlisted Man) at the Erzurum Provincial Gendarmerie Command.

The universe of the research was composed of senior staff (Officer, Petty Officer, Specialist Sergeant and Specially Trained Enlisted Man) at the Erzurum Provincial Gendarmerie Command. Before the sample was selected, permission protocols were made by Atatürk University and Erzurum Provincial Gendarmerie Command officials. The training program of " First Aid Principles and Creating Awareness in Healthy Life" was implemented theoretically and practically (between 21.11.2019 - 31.12.2019 for 6 weeks, every Wednesday between 15:00 - 17:00).

In order to determine the level of knowledge of all participating personnel, 35 gendarmerie personnel participated in the application, “Basic Principles of First Aid and Awareness Information Assessment Form” were applied twice as pre-test and post-test (20 multiple choice questions were asked). As a result of the application, the pretest score average was (out of 100 points) 47.87 points, and post-test score average was 61.51 points (change; +13.54 points).

Keywords: Health, Human Health, First Aid, Awareness.

SB318

18 YAŞ ÜZERİ BİREYLERİN COVİD-19 PANDEMİSİ KARANTİNA SÜRECİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE DAVRANIŞLARINDAKİ DEĞİŞİMLER

***[1]Burcu Ertaş Dölek*, [2]Elif Cengizel, [2]Özgür Cengizel**

[1]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

***Email :** bdolek@ankara.edu.tr, elifoz@gazi.edu.tr, cagdasozgurcengizel@gazi.edu.tr*

Koronavirüs (COVID-19) 2019 yılının aralık ayında Çin'de (Wuhan) ortaya çıkmıştır. Üç ay sonra, Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, COVID-19, 23 Mart 2020'de onaylanan 353.000'den fazla vaka, 15.000 ölüm ve dünya çapında 100.000'den fazla iyileşme ile dünya çapında bir salgın haline gelmiştir. COVID-19'un Türkiye'deki yayılma hızını önlemek için, diğer tüm ülkelerdeki tedbirlere benzer olarak; okulların uzaktan eğitime geçişi, sınırların kapatılması, sosyal olarak insanların bir araya geldiği işletmelerin kapatılması gibi fiziksel mesafeyi arttırmaya yönelik tedbirler uygulanmıştır. Bu normal dışı yaşam şartlarında insanlar kendilerini evden çalışırken, sosyal ortamlardan kaçarken ve hareketlilikleri azalmış olarak bulmuşlardır. Bu değişimle birlikte insanların günlük fiziksel aktivite alışkanlıkların da değişim olduğu düşünülmektedir. COVID-19 pandemisi karantina sürecinde, fiziksel aktivite alışkanlıklarındaki değişimleri ortaya koymak amacıyla yapılmış araştırmaya, 859 gönüllü (nerkek= 394, nkadın= 465, yaş 32,46±13,45 yıl) katılmıştır. Araştırma pandemi döneminde yapıldığı için, elektronik ortamda uygulanmıştır. Katılımcıların boy uzunlukları, karantina öncesi ve sonrasındaki vücut ağırlıkları alınarak, karantina öncesi ve sonrası Beden Kitle İndeksi değerleri hesaplanarak değişimi incelenmiştir. Tanımlayıcı bilgilerine ek olarak, rutin hareket ve yaşam alışkanlıklarını içeren sorulara da cevap vermeleri istenmiştir. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20.0 İstatistik paket programı kullanılmıştır. Erkeklerin ve kadınların karantina öncesi ve sonrası dönemde vücut ağırlıklarında ve dolayısıyla BKI değerlerinde artış gözlemlenmiştir. Karantina döneminde; katılımcıların %73'ü iş yerine gitmediklerini, %27'si ise iş yerine gittiklerini ifade etmişler; iş yerine giden katılımcıların %9'u bisikletle veya yürüyerek, %72'si kendi araçlarını kullanarak, %19'u ise toplu taşıma araçlarını kullandıklarını ifade etmişlerdir. Çalışma sonucunda elde edilen veriler, toplumumuzun salgın hastalıklar sırasında ortaya koyduğu fiziksel aktivite alışkanlıklarındaki değişimleri inceleme fırsatı vermiş ve benzer durumlarda, yönetimlerin planlamalarına yardımcı olması açısından önem taşımaktadır.

CHANGES IN PHYSICAL ACTIVITY BEHAVIORS OF INDIVIDUALS OVER THE AGE OF 18 DURING THE COVID-19 PANDEMIC QUARANTINE PERIOD

Coronavirus (COVID-19) originated in China (Wuhan) in December 2019. Three months later, according to World Health Organization data, COVID-19 has become a worldwide pandemic, with more than 353,000 cases confirmed on March 23, 2020, 15,000 deaths, and more than 100,000 recoveries worldwide. To prevent COVID-19 spreading rate in Turkey, similar to the precautions in all other countries; precaution to increase physical distance have been implemented, such as transition of schools to distance education, closing borders, closing businesses where people come together socially. In these abnormal living conditions, people found themselves working from home, avoiding social situations and having reduced mobility. With this change, it is thought that people's daily physical activity behaviors also change. 859 volunteers (male = 394, female = 465, age 32.46 ± 13.45 years) participated in the study conducted to reveal the changes in physical activity behaviors during the quarantine process of the COVID-19 pandemic. Since the research was conducted during the pandemic period, it was applied electronically. Participants' height, body weights before and after quarantine were taken, and their

body mass index values were calculated before and after quarantine and their changes were examined. In addition to identifying information, including routine actions to respond to questions they were asked and living habits. SPSS 20.0 Statistical package program was used to evaluate the obtained data. It was observed that men and women increased their body weight and thus their BMI values before and after quarantine. During the quarantine period; 73% of the participants stated that they did not go to work and 27% stated that they went to work; 9% of the participants who went to the workplace stated that they use bicycle or walking, 72% use their own vehicles, and 19% use public transportation. The data obtained as a result of the study gave the opportunity to examine the changes in physical activity habits that our society revealed during epidemic diseases and are important in terms of helping the management to plan in similar situations.

SB327

MÜFREDAT DIŞI OKUL İÇİ BOŞ ZAMAN AKTİVİTELERİ KATILIMININ 10-14 YAŞ ARASI ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNŞİDDET EĞİLİMLERİ VE SOSYAL BAĞLILIK DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Muhammet Kocamaz*, [1]Süleyman Munusturlar**

[1]Anadolu Üniversitesi, ESKİŞEHİR

Email : *muhammetkocamaz42@gmail.com, suleyman.munusturlar@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Ülkemiz şartlarında eğitimine devam etmekte olan bireyler günün büyük bir kısmını okulda geçirmektedir. Sürenin çok olması öğrencilerde gizil öğrenme yöntemi ile istenmedik kazanımlara da sebebiyet verebilmektedir. Okul içerisinde geçirilen bu süre içerisinde beden eğitimi dersi dışında yapılan ekstra sportif faaliyetler öğrencilerin aktif spor yaşantılarına katkı sağlamaktadır. Bu çalışmanın amacı; müfredat dışı okul içi rekreasyonel aktivitelere katılan öğrencilerin şiddet eğilimlerinin ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma verileri Şanlıurfa ilinden kolayda örneklem yöntemi ile toplanmıştır. Araştırma katılımcılarını Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Şehit Kemal Karakayalı Ortaokulunda eğitim görmekte olan 150 birey oluşturmaktadır. Örneklem grubunda bulunan bireylerden 60 kişi haftalık 4 saat beden eğitimi dersinin yanında okul futbol, futsal takımlarında yer almasına bağlı olarak haftalık 6 saat antremana katılan bireyler olduğu için aktif spor yapan öğrenci grubu olarak seçilmiş, 90 kişi ise haftalık 4 saat beden eğitimi dersi dışında herhangi bir sportif faaliyete katılmayan, aktif spor yaşantısı olmayan öğrencilerden seçilmiştir. Araştırmada; araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Şiddet Eğilimi Ölçeği (ŞEÖ) ve Sosyal Bağlılık Ölçeği (SBÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra değişken sayısına bağlı olarak Bağımsız Gruplarda T Test uygulanmıştır.

Bulgular: İstatistiksel analiz sonuçlarına göre; rekreatif etkinliklere katılıma göre öğrencilerin şiddet eğilimi ve sosyal bağlılık düzeylerinde anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0.05$). Ayrıca benzer şekilde öğrencilerin şiddet eğilimi ve sosyal bağlılık düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılığa ulaşılmıştır. ($p<0.05$)

Sonuç: Yapılan araştırma sonucuna göre; okul içi rekreatif etkinliklere katılan öğrencilerin şiddet eğilimleri katılmayanlara göre daha düşük çıkmıştır. Ayrıca rekreatif katılım gösteren öğrencilerin grup içerisindeki sosyal bağlılık düzeyinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde; rekreatif katılım gösteren kız öğrencilerin katılmayanlara göre şiddet eğilimi düzeyi düşük, sosyal bağlılık düzeyi yüksek çıkmıştır. Rekreatif katılım gösteren erkek öğrencilerin şiddet eğilimi düşük, sosyal bağlılık düzeyi yüksek çıkmıştır. İki cinsiyet karşılaştırıldığında; rekreatif katılım farketmesizin ortalamalara bakıldığında erkeklerde şiddet eğilimi ve sosyal bağlılık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır.

Analyzing The Effect Of Participation In Extracurricular Leisure Time School Activities On Violent Tendencies And Social Connectedness Levels Of Middle School Students Between The Ages Of 10 And 14

Introduction and Aim: Under the circumstances of our country, individuals who are continuing their education spend most of their time at school.This long period can cause unwanted attainments in latent learning. During this

time spent at school,extra sports activities outside the physical education classes, contribute to students' active sports life.This study aims to; analyze the violent tendencies and social connectedness levels of the students who participate in extracurricular in-school recreational activities.

Method: Research data were obtained from the city Şanlıurfa, using a convenience sampling method. 150 students who are attending Şehit Kemal Karakayalı Middle School, which is governed by the Republic of Turkey Ministry of National Education, make up the participants. 60 individuals of the sample group were chosen to be the active group who did sports actively because they participated in a weekly 6-hour training as they were members of the school soccer team, in addition to a weekly 4 hour PE class 90 people were chosen from the students who did not attend any sports activities outside the weekly 4 hour PE class and did not do sports actively. In the research,Personal Information Form, which is created by the researcher,Violence Tendency Scale (VTS), and Social Connectedness Scale (SCS) were used.In the analysis of the data; in addition to descriptive statistics, the Independent Samples T-Test was used based on the number of variables.

Findings: According to statistic analysis results, statistical significance was determined in violent tendencies and social connectedness levels of the students, in accordance with participation in recreational activities ($p<0.05$). Similarly, statistical significance was obtained in violent tendencies and social connectedness levels of the students in accordance with the variation of sex ($p<0.05$).

Result: According to the result of the conducted study, violent tendencies of students who participated in recreational activities in school were lower than those who did not.In addition, the social connectedness of the students who participated in recreational activities was found to be higher in the group. When analyzed according to sex,female students who participated in recreational activities had lower violence levels, and higher social connectedness, compared to those who did not. Male students who participated in recreational activities had lower violence levels, and higher social connectedness. When two sexes were compared, violent tendencies and social connectedness levels were higher in males, regardless of recreational participation.

SB337

SPORCU GÖZÜNDEN 5N1K ILE HADO

[1]Figen Çiloğlu, [1]Yeşer Eroğlu, [1]Hüseyin Can İkizler

[1]İstanbul Rumeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *figen.ciloglu@rumeli.edu.tr, yeser.eroglu@rumeli.edu.tr, hciklizler@rumeli.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Elektronik oyunların popülerliğinin arttığı ve profesyonel oyuncular tarafından oynandığında espor adını aldığı günümüzde, elektronik oyunlara hareket katan ve teknospor olarak adlandırılan yeni bir alan, HADO'nun öncülüğünde gelişmektedir. HADO, 2014 yılından beri oynanıyor olup geniş bir sporcu ve izleyici kitlesi kazanmış ancak ülkemize yeni gelmiştir. Bu teknosporu öğrenmek ve HADO performans sporcusu olmak isteyen kişilerin ilgilerinin sebebini öğrenmek amacıyla bu çalışma gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: HADO sporcusu olmak ve hatta Türkiye Milli Takımında yer almak olmak isteyen kişiler arasından rastgele seçilen 12 katılımcıyla bu sporla ilgilenmelerinin sebebini öğrenmek üzere Ne, Neden, Nasıl, Nerede, Ne zaman ve Kim (5N1K) sorularından oluşan bir odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Araştırma nitel yönteme dayandırılmış ve araştırmanın verileri NVIVO 10 programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Katılımcılar sizce HADO NEdir sorusuna; teknolojik spor, büyülü spor, oyunun teknolojik hareket hali, hareketli espor, fiziksel ve mental aktivite, modern teknolojik oyun ve sanal ortamda spor,

NEDEN HADO sorusuna; cinsiyet ayrımı içermediği, güç gerektirmediği, sınırların dışına çıkardığı, başarılı olmak, eğlenmek, merak etmek, farklı bir sporcu olmak,

HADO'nun size NASIL bir faydası olacağını düşünüyorsunuz sorusuna; ilkler arasında olmak, iş imkanı sağlaması, geleceğinin açık olması, sosyal çevre yaratması, iletişim gücü, karar verme gücü, düzenli bir spor hayatı, gençleri harekete teşvik etmek, psikolojik fayda ve teknolojik gelişime katkı,

HADO'yu NEREDE kullanmayı düşünüyorsunuz sorusuna; kişisel gelişimimde, başka branşlara uyarlamada, küçük yaş gruplarının gelişiminde ve sporu sevdirmede,

HADO hakkında NE ZAMAN bilgi edindiniz sorusuna; 3 gün, 8 ay ve 1 yıl ve

HADO hakkındaki bilgiyi KİMden edindiniz sorusuna; İRÜ-SBF öğretim elemanlarından, İRÜ-SBF öğrenci işlerinden, sosyal medyadan ve arkadaş ortamından cevaplarını vermişlerdir.

Sonuç olarak Üniversite Spor Bilimleri Fakülteleri yeni sporların tanıtımında ve gelişmesinde büyük rol oynayabilir ve HADO özelinde olduğu gibi teknosporlar bu çalışmada öne çıkan birçok nedenden gençlerin ilgisini çekip onların teknolojiyi kullanırken aynı zamanda fiziksel aktivite yapmalarına da vesile olabilir.

5W1H Of HADO, From The Athlete's Perspective

Introduction and Purpose: Esports which are played by professional teams and players have evolved following the popularity of electronic games. A new field in esports that adds the power of physical activity is called

technosport and is developing under the leadership of HADO. HADO which has been played since 2014, gaining many athletes and fans, has just arrived in Turkey. This study was carried out to determine the reasons behind wanting to learn this new technosport.

Method: A focus group created from 12 participants who were randomly selected among the athletes vying to become a part of the HADO Turkish National Team were gathered for a round table discussion consisting of what, why, where, who, when and how (5W1H) questions. The data was analyzed with NVIVO10program.

Findings and Conclusion: Participants' reply to the questions were as follows:

WHAT IS HADO? Technological sport, game with technology and activity, active esports, physical and mental activity, sports in virtual environment;

WHY HADO? It doesn't gender discriminate or require power, to be successful, to have fun, to be an athlete in a different kind of sport;

HOW do you think HADO will benefit you? New job opportunities, creating a social environment, learning communication and decision making, psychological benefits;

WHERE do you intend to use HADO? Personal development, adapting to other sports, contributing to the physical development of youngsters, promoting sports;

WHEN did you learn about HADO? 3 days, 8 months, 1 year;

WHO informed you about HADO? İRU-SBF academicians and student-affairs official, social media and friends.

As a conclusion it can be said that the Faculty of Sport Sciences can play a big role in the introduction and development of new sports and as in the case of HADO, technosports may attract young people and result in their performing physical activity while using technology.

SB340

FUTBOLCULARIN MENTAL DAYANIKLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Zehra Gözel Tepe, [1]Yağmur Özatik

[1]Niğde Ömer Halisemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, NİĞDE
[2]Niğde Ömer Halisemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, NİĞDE

Email : *zehra.gozel@gmail.com, yagmurozatikk@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada amatör olarak futbol oynayan sporcuların, sporda mental dayanıklılık düzeylerinin yaş, cinsiyet, spor yaşı ve eğitim durumları değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma grubunu Türkiye geneli lisanslı futbol oynayan 324 (%56) kadın ve 256 (%44) erkek olmak üzere toplam 580 gönüllü futbolcu oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde, Sheard ve ark. (2009) tarafından geliştirilen ve Pehlivan (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sporda Mental Dayanıklılık Ölçeği" kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada, sporcuların cinsiyetlerine göre incelendiğinde erkek futbolcuların kadın futbolculara göre daha yüksek bağlılık alt boyutuna sahip oldukları (p<0,00) tespit edilirken, eğitim düzeylerine göre; lise, önlisans ve lisans öğrencileri arasındaki karşılaştırmada lisans lehine kontrol alt boyutunda anlamlı bir fark (p<0,00) olduğu bulunmuştur. Sporcuların yaşları ve spor yaşları incelendiğinde ise sporcuların yaşları küçüldükçe güven alt boyutunda, anlamlı bir fark (p<0,00) bulunurken, yaş büyüdükçe kontrol ve bağlılık alt boyut değerlerinde anlamlı (p<0,00) bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç: Futbolcuların cinsiyetlerine göre yapılan karşılaştırmada erkek futbolcuların sorumluluk alma, konsantre olma ve mücadele etmede kadın futbolculardan daha etkin oldukları saptanmıştır. Eğitim durumlarına göre lisans düzeyinde olan futbolcuların lise düzeyinde olanlara kıyasla baskı altında veya beklenmedik durumlar karşısında soğukkanlılığı koruma, kontrollü ve rahat davranışlar sergiledikleri görülmektedir. Ayrıca sporcuların yaşları ve spor yaşları küçüldükçe mücadele gerektiren zor durumlarda hedefe ulaşmak için yeteneklerine daha fazla inandıkları ve rakiplerden daha iyi olduklarını düşündükleri tespit edilmiştir. Yaş ve spor yaşı büyüdükçe ise baskı altında veya beklenmedik durumlar karşısında soğukkanlılığı koruma, kontrollü ve rahat olma durumlarında daha iyi oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Anahtar Kelimeler: Spor, Futbol, Mental dayanıklılık.

INVESTIGATION OF MENTAL TOUGHNESS OF FOOTBALL PLAYERS

Abstract: Introduction and Purpose: In this study, the mental endurance levels of the athletes who play football as amateur were investigated according to the variables of age, gender, sport age and educational status.

Method: The study group consists of 580 volunteer football Players, 324 women (%56) and 256 men (%44), who play licensed football at Turkey in general. During the data collection process, "Mental Endurance Stale in Sports" was used which developed by Sheard and ark. (2009) and adapted to Turkish by Pehlivan (2014).

Result: It was foud that there is a significant difference (p <0.00) in the control sub-dimension of the mental endurance scale in sports according to the education levels of the athletes. When the football players were examined according to their gender, it was found that male football players had higher commitment sub-dimension (p <0.00) than female football players. . When the ages and sport ages of the athletes were examined,

an increase was observed in the values of the trust sub-dimension as the ages of the athletes got smaller, while it was concluded that there was a significant difference in the control and commitment sub-dimension values when the age got older.

Conclusion: When the education levels of athletes were examined, it had seen that football players at bachelor level display calm, controlled and relaxed behaviors when they in the faced of pressure or unexpected situations compared to high school level players. When the gender of the athletes were examined, it has been determined that male football players were more effective than female football players in taking responsibility, concentrating and fighting.

Keywords: Sport, Football, Mental Toughness.

SB375

ERGENLERDE DÜZENLİ EGZERSİZİN İNTERNET KULLANIMI İLE İLİŞKİSİ

[1]Seçkin Şenışık, [2]Oytun Hastürk, [1]Ogün Köyağasıoğlu

[1]Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir
[2]İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Atatürk Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Psikiyatrisi Birimi, İzmir

Email : *seckinsnsk@gmail.com, oytunhasturk@yahoo.com, ogunkoyagasioglu@gmail.com*

Ergenlik dönemi ruhsal açıdan çeşitli zorlukların yaşandığı, insan hayatına yön veren önemli süreçleri içinde barındıran; insanın kendi kimliğini var ettiği çok önemli bir süreçtir. İnternet ise okul, iş ve toplum yaşamında kullanılan önemli bir iletişim ve bilgi paylaşımı aracıdır. Çağımızın iletişim aracı olan internet ergenler tarafından yoğun şekilde kullanılmaktadır. Ergenler arasında; iletişim, arkadaşlık edinme, oyun oynama ve bilgi edinme aracı olarak kullanılan internetin kullanım süresi arttıkça ergenlerde çok sık olarak görmeye başladığımız problemli internet kullanımı ve bağımlılığı riski ortaya çıkmaktadır. Ergenlerde internet bağımlılığıyla ilgili çalışmalar gözden geçirildiğinde; bireyin yaşamında dikkate değer düzeyde olumsuz etki ve sonuçlar doğurduğu, internetin aşırı kullanımı sebebiyle psikolojik ve fizyolojik problemler oluşabileceği belirtilmektedir. Ayrıca ergenlerdeki aşırı internet kullanımının; aile ve arkadaş ilişkilerinde bozulmalara yol açarak, sosyal yaşamını olumsuz yönde etkilediği yönünde çalışmalar bulunmaktadır. İnternet kullanım süreleri arttıkça ergenlerde duygusal sorunlarda ve davranış sorunlarında artış olmakta, üretkenlik ve özdenetim becerileri gibi olumlu süreçlerde gerileme olduğu görülmektedir. Bu çalışmada, düzenli egzersiz yapan ve yapmayan ergenlerin internet kullanım süreleri incelenerek, düzenli spor yapmayan bireylere göre farklı olup olmadığının saptanması amaçlandı. Çalışmaya 14-18 yaşları arasında, düzenli olarak egzersiz yapan 45 sporcu ve spor yapmayan 45 kontrol olmak üzere toplam 90 ergen gönüllü olarak katıldı. Tüm katılımcılara sosyodemografik verilerinin ve internet kullanımına ilişkin sürelerinin değerlendirildiği bir anket uygulandı. Sporcu grubunun ağırlıklı ortalama internet kullanım süresi 1.70 saat olarak belirlenirken, kontrol grubunun ise 1.76 saatti. İstatistiksel analiz sonucunda sporcu ve kontrol gruplarında internet kullanım süreleri açısından anlamlı bir farklılık saptanmadı ($p>0.05$). Bu konuda, sosyal ortamları da göz önünde bulunduran, sporcu ve kontrol katılımcı sayıları arttırılarak yapılacak, internet kullanım sürelerinin daha ayrıntılı olarak sorgulanacağı çalışmalar konuyu daha da aydınlatmaya yardımcı olacaktır.

REGULAR EXERCISE AND INTERNET USAGE RELATIONS IN ADOLESCENTS

Adolescence includes various psychological difficulties and important processes that direct human life. It is a very important process in which people create their own identity. Internet is an important communication and information sharing tool used in school, business and community life. It is used extensively by adolescents. Among adolescents; as the duration of internet use increases, which is used as a means of communication, friendship, playing and obtaining information, the risk of problematic internet use and addiction emerges. When the studies on internet addiction in adolescents are reviewed; It is stated that it has significant negative effects and consequences in the life of the individual, and psychological and physiological problems may occur due to excessive use of the internet. There are studies suggesting that excessive internet use among adolescents affects the social life negatively by causing deterioration in family and friends relations. As the duration of internet use increases, emotional problems and behavioral problems increase. In this study, we aimed to determine whether there is a difference between adolescents who exercise regularly and those who do not in terms of internet usage time. A total of 90 adolescents between the ages of 14-18, 45 athletes who exercise regularly and 45 controls participated in the study. A questionnaire was applied to evaluate sociodemographic data and internet usage duration. While internet usage time of the athlete group was 1.70 hours, it was 1.76 hours for the control group. As a result of the statistical analysis, no significant difference was found between the groups in terms of internet usage times ($p> 0.05$). In this regard, studies which will take into account the social environments, will be

carried out by increasing the number of athletes and control participants, and questioning the internet usage times in more detail, will help to illuminate the issue further.

SB382

PERİAPİKAL LEZYONLARIN SPORCU KAS KUVVETİNE ETKİSİ

[1]Osman Hamamcılar, [1]Bihter Akınoğlu, [1]Tuğba Kocahan, [1]Adnan Hasanoğlu

[1]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Ankara

Email : *osman.hamamcilar@gsb.gov.tr, rgkardelen@yahoo.com, tugba.kocahan@gsb.gov.tr, adnan.hasanoglu@gsb.gov.tr*

Giriş: Kötü ağız sağlığının belirtisi olan diş çürüğü ve periodontal hastalıklar, toplumda en yaygın görülen kronik hastalıklardır. Kötü ağız sağlığı dolayısı ile çürük diş ve periodontal hastalıkların, vücudun diğer sistemleri ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Farklı çalışmalar, bu ilişkinin iskelet kas ve tendon sakatlıklarını da kapsadığını göstermiştir.

Amaç: Çalışmamızın amacı; ağız içinde gelişen periapikal lezyonların kas performansına dolayısı ile sportif performansa etkisini belirlemektir.

Yöntem: Çalışmaya periapikal lezyonu olmayan (n=25) (kontrol grubu) ve aynı spor branşını yapan ve benzer demografik özelliklere sahip olan ve periapikal lezyonu olan (n=25) (çalışma grubu) toplam 50 sporcu dahil edildi. Ağız ve diş sağlığı muayenesinde periapikal lezyon olan ve olmayan sporcularda diz eklemi fleksör ve ekstansör kaslarının konsantrik izokinetik kas kuvvetinin karşılaştırılması amaçlandı. Bu sebeple sporculara kas kuvvetini ve performansını ölçmek amaçlı kas-iskelet sisteminin en geniş kas gruplarından birine sahip olan diz eklemine izokinetik kas kuvvet testi uygulandı. Kontrol ve çalışma grubunun ağız ve diş sağlığı muayenesi ve kas kuvvet ölçümü sonucu uygunluk düzeyine göre Mann Whitney-U testi, Chi-Square Test, Independent Samples T test ile değerlendirildi. İstatistiksel hata düzeyi $p<0,05$ olarak belirlendi.

Bulgular: Çalışma ve kontrol grubu sporcularının 180 °/sn açısal hızda dominant taraf diz eklemi fleksör ve ekstansör kaslarının rölatif kuvveti arasında istatistiksel olarak fark olduğu ve kontrol grubunun kas kuvvetinin daha fazla olduğu belirlendi ($p<0,05$).

Sonuç: Fakat literatür verilerinin itiraz edilemeyecek bir gerçeği; periapikal lezyon gibi kronik enfeksiyonlar sitokin değerlerini (pro- inflamatuar ve anti-inflamatuar) arttırmaktadır. Periapikal lezyonlarda hem kronik bir enfeksiyon türü hem de fokal enfeksiyon kaynağı olarak kas kuvveti üzerinde oluşturabileceği olumsuz etki ile sportif performansı etkileyebilir.

THE EFFECT OF PERIAPICAL LESIONS ON ATHLETE MUSCLE STRENGTH

Introduction: Dental caries and periodontal diseases, which are signs of poor oral health, are the most common chronic diseases in the society. It has been reported that caries and periodontal diseases are associated with other systems of the body due to poor oral health. Different studies have shown that this relationship also includes skeletal muscle and tendon injuries.

Purpose: The purpose of our study; To determine the effects of periapical lesions in the mouth on muscle performance and thus on sports performance.

Method: A total of 50 athletes without periapical lesions (n = 25) (control group), who have similar demographic characteristics and who have similar demographic characteristics and who have periapical lesions (n = 25) (study group) were included in the study. It was aimed to compare the concentric isokinetic muscle strength of the knee joint flexor and extensor muscles in athletes with and without periapical lesions in oral and dental health examination. For this reason, an isokinetic muscle strength test was applied to the knee joint, which has one of the largest muscle groups of the musculoskeletal system, to measure muscle strength and performance. The results of oral and dental health examination and muscle strength measurement of the control and study group were evaluated with the Mann Whitney-U test, Chi-Square Test, and Independent Samples T test according to their fitness level. Statistical error level was determined as $p < 0.05$.

Results: It was determined that there was a statistically significant difference between the relative strength of the flexor and extensor muscles of the dominant side knee joint at 180 º / sec angular velocity of the athletes in the study and control groups, and the muscle strength of the control group was higher ($p < 0.05$).

Conclusion: But the fact that the literature data cannot be objected; Chronic infections such as periapical lesions increase cytokine values (pro-inflammatory and anti-inflammatory). In periapical lesions, as a chronic infection type and as a source of focal infection, it can affect sports performance with its negative effect on muscle strength.

SB383

VAN KENT MERKEZİNDE ÖĞRENİM GÖREN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN KÜTLE İNDEKSİ VE FİZİKSEL AKTİVİTE YAPMA DURUMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Diyar Tekce*, [1]Mehmet Bülent Asma, [2]Hatice İlhan Odabaş**

[1]Yüzüncü Yıl Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Van
[2]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

***Email :** diyartekce@gmail.com, bulentasma30@hotmail.com, ilhanodabas@yahoo.com*

Bu araştırmada Van kent merkezinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin beden kütle indeksi ve fiziksel aktivite yapma durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Van kent merkezinde bulunan 3 okulda 5, 6, 7 ve 8. sınıfta öğrenim gören toplam 596 öğrenci ile yürütülmüştür. Katılımcıların %52,2'si kızdır yaş ortalaması 12,59±1,12'dir. Elde edilen verilerin analizi SPSS 25,0 for Windows paket programı ile yapılmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre ciddi zayıf öğrenci oranı %6,4 fazla kilolu öğrenci oranı %6,9 obez öğrenci oranı %9,9 olarak saptanmıştır. fiziksel aktivite düzeyi ile beden kütle indeksi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir(P>0,05). Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile beden kütle indeksi arasındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur(P>0,05). Buna karşın kız öğrencilerin beden kütle indeks ortalamaları erkek öğrencilere oranla nispeten daha yüksek olduğu saptanmıştır. Katılımcıların %0.3'ünün inaktif (sedanter) olduğu %40,3'ünün aktif olduğu ve %12,6'sının oldukça aktif düzeyde olduğu saptanmıştır. Öte yandan elde edilen bulgulara göre cinsiyet değişkeni ile fiziksel aktivite düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur(P<0,05). Yaş değişkeni ile fiziksel aktivite düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bağlamda en yüksek fiziksel aktivite skoruna sahip katılımcıların 13 yaş grubundaki öğrenciler olduğu, en düşük fiziksel aktivite skoruna sahip katılımcıların ise 14 yaş grubundaki öğrenciler olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak Van kent merkezinde öğrenim gören ortaokul öğrencilerin %40,3'ünün fiziksel olarak aktif düzeyde ve ortalama olarak 17,3±3,5 beden kütle indeksi değerine sahip oldukları saptanmıştır.

Anahtar sözcükler: Van kent merkezi, ortaokul, beden kütle indeksi, fiziksel aktivite.

EXAMINATION OF BODY MASS INDEX AND PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS STUDYING IN VAN CENTER

The purpose of this study is to examine the body mass index and physical activity status of middle school students studying in the city centre of Van. The research was conducted to a total of 596 students studying in the 5th, 6th, 7th and 8th grades in 3 schools in the city centre of Van Province. 52.2% of the participants are girls with an average age of 12.59 ± 1.12. The analysis of the obtained data was carried out through the SPSS 25.0 for Windows package program.

According to the findings obtained from the research, the rate of seriously underweight students was 6.4%, overweight students 6.9%, and obese students were 9,9%. It was determined that there was no statistically

significant relationship between physical activity level and body mass index (P> 0.05). The difference between the gender variable of the participants and their body mass index was found to be statistically insignificant (P> 0.05). On the other hand, it was determined that female students' body mass index averages were relatively higher than male students. It was also determined that 0.3% of the participants were inactive (sedentary), 40.3% were active and 12.6% were quite active. On the other hand, a statistically significant difference was found between the gender variable and the physical activity level according to the findings (P <0.05). In addition, a statistically significant relationship was found between the age variable and physical activity level. In this context, it was determined that the participants with the highest physical activity score were students in the group of 13 years-old, while the participants with the lowest physical activity score were students in the group of 14 years-old.

In conclusion, it has been determined that 40.3% of middle school students studying in the city centre of Van are physically active and have a body mass index value

SB390

Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Ve İnternet Bağımlılığı İlişkisinin İncelenmesi

[1]Merve CINCIK, [2]Güner ÇİÇEK

[1]Hitit Üniversitesi, ÇORUM
[2]Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM

Email : *merveaydinn05@gmail.com, gunercicek@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Çağımızda genç bireylerin aktif bir şekilde fiziksel etkinlikler gerçekleştirmesi gerekirken, bilgisayar oyunları ve internet başında zamanlarını harcamaları, bedensel etkinliğe ayırdıkları zamanın daha da az olmasına neden olmaktadır. Dijitalleşme ile beraber bedensel etkinliğin azalması ve genç bireylerin bilgisayar oyunları ve internete bağımlı bir hale gelmesi tedirgin edici bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır (Alagöz, 2019). Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite ve internet bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Hitit Üniversitesi, Gazi Üniversitesi, Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 1419 öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu" , "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (IPAQ)'' ve "Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 programından yararlanılmıştır. Elde edilen verilerin normallik düzeyi One Sample Kolmogorov-Smirnov, ölçek puanlarının karşılaştırılmasında; Ki Kare ve Mann Whitney U, yüzdelik dağılımların belirlenmesinde frekans analizi ve ölçek puanlarının arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analiz sonucunda, öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversitelere, fakültelere, BKİ gruplamasına, cinsiyete, internet başında bir seferde geçirdikleri ortalama sürelere göre fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel aktivite şiddetleri anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Üniversite öğrencilerinin internet başında bir seferde geçirdikleri ortalama sürelere göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Spor bölümlerinde okuyan öğrencilerin şiddetli aktivite düzeyi sağlık bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu anlamlı olarak bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. İnternet bağımlılık düzeylerinin ise düşük seviyede olduğu, patolojik semptom gösteren öğrencinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile internet bağımlılığı semptomları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Fiziksel aktivite düzeyi düşük olan öğrencilere boş zamanlarında fiziksel aktivite yapmaları konusunda teşvik edilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, İnternet bağımlılığı, Üniversite öğrencisi.

Study Of The Relationship Between Physical Activity And Internet Addiction In University Students

Introduction and Purpose : In our age, while young people actively should be doing physical activities, spending their time playing computer games and surfing on the internet causes them to have less time for their physical

activities. Becoming young people more addicted to computer games and the internet because of decreasing physical activity with digitalization appears as a very concerning situation (Alagöz, 2019). In this research, it is aimed to study the relationship between physical activity and internet addiction in university students. Methods: 1419 students studying at Hitit University, Gazi University, Kırıkkale University Faculty of Sport Sciences and Faculty of Health Sciences participated in the research. "Personal Information Form", "The International Physical Activity Questionnaires (IPAQ)" and "Young's Internet Addiction Test" were used as a data collection tool. SPSS 22.0 program was used in the analysis of the data. One Sample Kolmogorov- Smirnov test was used for normality of the distribution of samples. Ki Kare and Mann Whitney U tests were used for comparison of the scale scores. Frequency analysis was used for determining the percentage distribution. Spearman's correlation test was used for analysis of the relationships between scale scores. Statistical significance level was determined as p<0,05.

Findings: As a result of statistical analysis, physical activity level and intensity vary significantly according to universities, faculties, Body Mass Index (BMI), gender and average time spent online on the internet (p,0,05). Internet addiction levels of university students vary significantly according to average time spent online on the internet (p<0,05). Severe activity levels of students studying in sports departments was found to be significantly higher than students studying in the Faculty of Health Sciences (p<0,05).

Results : It was determined that the both physical activity and internet addiction levels of students participating in this study was low and without any pathological symptoms. Besides, it was determined that there was no meaningful relationship between physical activities and symptoms of internet addiction levels of students participating in this study (p>0,05). On the basis of the evidence identified so far, students with lower physical activity levels should be promoted to do physical activities in their spare times.

Key Words: Internet addiction, Physical activity, University student.

SB394

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE BİREYLERİN SAĞLIK PROFİLİ, DEPRESYON VE KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNE PİLATESİN ETKİSİ

[1]Emine Atıcı

[1]İstanbul Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *emimert@gmail.com,*

Giriş: Pandeminin etkisiyle sedanter yaşamla birlikte fiziksel sağlığın olumsuz etkilenebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte bireyler, evde uzun süre vakit geçirme, sosyal izolasyon, günlük rutinlerin değişmesi, sürekli medyada koronavirüs ile ilgili haberler nedeniyle stres ve kaygı gibi olumsuz duygular da yaşamaktadır. Popüler bir egzersiz programı olan pilates, düşük şiddetli bir seri egzersizden oluşmaktadır ve tüm vücutta esneklik ve kuvvet artışı sağladığı düşünülmektedir. Pilates egzersiz metodunu destekleyenler, bu egzersizlerin tüm vücutta zihin-beden bağlantısını iyileştirdiğini savunurlar. Amaç: Bu çalışma, Covid-19 pandemi sürecinde bireylerin sağlık profili, depresyon ve kaygı düzeyleri üzerine pilatesin etkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirildi.

Yöntem: Bu çalışmada veriler tüm Türkiye'de online anket veritabanı (Google forms) ile toplanıldı. Ankete katılan kişilerin 147'si evde pilates yaptığını 237 kişi hiçbir fiziksel aktivite yapmadığını bildirdi. Bireylerin sağlık profili Nothingham Sağlık profili (NSP), depresyon düzeyi Beck Depresyon Envanteri, kaygı düzeyi Spielberger Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ile değerlendirildi.

Bulgular: Sağlık profili açısından pilates yapan grup ile sedanter grup arasında NSP'nin ağrı, fiziksel aktivite, enerji ve 1. bölüm toplam puanları arasında gruplar arasında anlamlı farklılıklar bulundu ($p<0,05$). Depresyon düzeyi açısından anlamlı farlılık yoktu ($p>0,05$). Kaygı düzeyi açısından iki grup arasında anlamlı farklar bulundu ($p<0,05$). Sedanterler ile 1 yıldan uzun süredir pilates yapanlar karşılaştırıldığında NSP'in ağrı, fiziksel aktivite, enerji ve 1. bölüm toplam skorunda anlamlı farklılıklar görüldü ($p<0,05$). Depresyon ve kaygı düzeyinde 1 yıldır pilates yapanlarda sedanterlere göre anlamlı iyileşmeler görüldü.

Sonuç: Bu bulgular Covid 19 pandemi döneminde pilatesin sağlık profiline ve kaygı düzeyine olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Uzun süreli pilates yapanlarda bunlara ek olarak, pilatesin depresyon üzerinde de etkili olduğu görüldü.

The Effect Of Pilates On The Health Profile, Depression And Anxiety Levels Of Individuals During The Covid-19 Pandemic Process

Introduction: It is thought that with the effect of pandemic, sedentary life can negatively affect physical health. However, individuals also experience negative emotions such as stress and anxiety due to spending a long time at home, social isolation, changing daily routines, and news about the coronavirus in the media. Pilates, a popular exercise program, consists of a series of low intensity exercises and is thought to provide flexibility and strength in the whole body. Supporters of the Pilates exercise method argue that these exercises improve the mind-body connection throughout the body.

Objective: This study was carried out to determine the effect of pilates on the health profile, depression and anxiety levels of individuals during the Covid-19 pandemic process.

Methods: The data in this study was collected by online survey database in all of Turkey (Google forms). 147 of the volunteers reported that they do pilates at home and 237 of the volunteers reported that they don't do any physical activity. The health profile of the individuals was evaluated using Nothingham Health profile (NHP), depression level Beck Depression Inventory, and anxiety level using Spielberger State-Trait Anxiety Inventory.

Results: In terms of health profile, significant differences were found between the pilates and the sedentary group in terms of pain, physical activity, energy and 1st part total scores of NHP ($p < 0.05$). There was no significant difference in terms of depression level ($p > 0.05$). Significant differences were found between the two groups in terms of anxiety level ($p < 0.05$). When sedentary and those who have done pilates for more than 1 year were compared, significant differences were observed in the pain, physical activity, energy and 1st part total score of NSP ($p < 0.05$). Significant improvements in depression and anxiety levels were observed in who had done pilates for 1 year compared to sedentary ones.

Conclusion: These findings show that pilates has positive effects on health profile and anxiety level during the Covid 19 pandemic period. In addition, pilates has been found to be effective on depression in long-term pilates trainers.

SB395

FARKLI BRANŞLARDAKİ SPORCULARIN HİDRASYON BİLGİ DÜZEYİ İLE TUTUM VE DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ

***[1]Cengiz BAYKARA*, [2]Çetin YAMAN, [3]Işık BAYRAKTAR**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
[2]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** cengizbaykara@outlook.com.tr*

Bu çalışma, farklı branşlardaki sporcuların hidrasyon bilgi düzeyi ile tutum ve davranışlarının belirlenmesi amacıyla yapılmış tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Çalışmanın evrenini 2017-2018 yılında Adıyaman, Antalya, Bartın, Bursa, Çanakkale, Çorum, Elazığ, Gaziantep, Giresun, Kırıkkale, İstanbul, İzmir, Muş, Sakarya illerindeki milli ve milli olmayan sporcular oluşturmaktadır. Örneklemini ise kota örnekleme yöntemi belirlenen 553 milli ve milli olmayan sporcu oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri by Nichols, Jonnalagadda, Rosenbloom and Trinkaus (2005) tarafından geliştirilen, Trammel (2007) tarafından revize edilen "Hidrasyon Bilgi, Tutum ve Davranış Anketi" ile toplanmıştır. Elde edilen veriler tanımlayıcı istatistik (frekans- yüzde), bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve LSD testi kullanılarak çözümlenmiştir. Çalışma sonunda verilerden elde dilen bulgulara göre sporcuların bilgi puanlarında; yaş, spor yaşı ve eğitim durumlarında istatiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken; bilgi puanların cinsiyet, milli olma-milli olmama ve spor türüne göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sporcuların tutum puanlarında ise; cinsiyet, spor türü ve spor yaşında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken; tutum puanlarının milli olma milli olmama, yaş ve eğitim durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Öte yandan sporcuların davranış puanlarında ise; cinsiyet, yaş, spor yaşı ve eğitim durumlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken; davranış puanlarının milli olma, milli olmama ve spor türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sonuç olarak sporcuların anketten aldıkları puanlar neticesinde kadın-erkek bilgi puanlarının (%71,3-72,55) iyi düzeyde, tutum (%64,94-68,36) ve davranış (%52,61- 57,05) puanlarının ise orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

DETERMINATION OF HYDRATION KNOWLEDGE LEVELSATTITUDES AND BEHAVIORS OF ATHLETES IN DIFFERENT SPORTS EVENTS

This is a descriptive study in the screening model performed to determine knowledge level, attitudes and behaviours of athletes in different branches regarding hydration. The study population is composed of national and non-national level athletes from the provinces of Adıyaman, Antalya, Bartın, Bursa, Çanakkale, Çorum, Elazığ, Gaziantep, Giresun, Kırıkkale, İstanbul, İzmir, Muş and Sakarya in 2017- 2018. The sample is composed of 553 national and non-national level athletes determined with quota sampling method. Data of the study was collected via "The Survey of Knowledge, Attitude and Behaviour on Hydration" developed by Nichols, Jonnalagadda, Rosenbloom and Trinkaus (2005) and revised by Trammel (2007). Data obtained were analysed with descriptive statistics, independent groups, t-test, One- way Variance Analysis (ANOVA) and LSD test. According to the findings obtained from the data of the study, it has been determined that a statistically significant difference has been found in the knowledge scores of athletes by age, sports age and education while no statistically significant difference has been found in their knowledge scores by sex, being a national or non-

national level athlete and type of sports. A statistically significant difference has been found in the attitude scores of athletes by sex, type of sports and sports age while their attitude scores don't exhibit statistically significant difference by being national or non-national level athletes, age and education. On the other hand, a statistically significant difference has been determined in the behaviour scores of athletes by sex, age, sports age and education while their behaviour scores don't exhibit a statistically significant difference by being national or non-national level athletes and type of sports. In conclusion, it has been determined following the scores obtained by the athletes from the survey that female-male knowledge scores is (71.3-72.55%) good, their attitudes (%64.94-68.36) and behaviour scores (52.61-57.05%) is moderate.

SB396

E-SPOR OYNAYAN SPORCULARIN COVID-19 SÜRECİNDEN ETKİLENİMLERİNİN BELİRLEMESİ

***[1]Aslı Doğan*, [1]Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ, [2]Umut Ziya KOÇAK**

[1]Başkent Üniversitesi
[2]İzmir Katip Çelebi Üniversitesi

***Email :** doganasli69@hotmail.com, nozunlu@baskent.edu.tr, umutziya.kocak@ikcu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çalışmamızın amacı, e-Spor oyuncularının Covid-19 izolasyon sürecinde ağrı ve fiziksel aktivite bakımından etkilenimlerinin belirlenmesidir.

Yöntem: 17-36 yaş arası, aktif dijital oyun oynayan, 82'si erkek 18'i kadın olmak üzere 100 gönüllü sporcu çevrimiçi olarak yaptığımız ankete katıldı. Yapılan çevrimiçi ankette; sporcunun sosyodemografik özellikleri, hangi e-spor oyunları oynandığı, bu oyunları hangi araç üzerinden ne kadar süre ile oynadığı belirlendi. Covid-19 süreci öncesi ve sonrası ağrı şiddetleri 11 puanlı ağrı şiddet skalası ile ve Covid-19 sürecindeki fiziksel aktivite düzeyleri Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ) ile değerlendirildi.

Bulgular: Yapılan istatistiksel analize göre Covid-19 süreci öncesinde hissedilen ağrı şiddeti 2,93±2,23 iken ve sonrasında hissedilen ağrı şiddetleri 4,28±2,26 olarak belirlenmiştir (p=0,001). E-spor Oynayan Sporcuların Covid-19 sürecindeki fiziksel aktivite düzeyleri 1378,69±592,31 MET-dk/hafta olarak belirlenmiştir. Günde ortalama oynanan saat göz önünde bulundurulduğunda ise izolasyon öncesi ve sonrası istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu (p=0,001).

Sonuçlar: Çevrimiçi anket sonuçlarına bakıldığında Covid-19 pandemi süresince e-Spor oyuncularının dijital oyun oynadıktan sonra vücudun herhangi bir yerinde hissedilen ağrı seviyelerinde artış gözlemlenmiştir. Ayrıca günlük ortalama oynanan saatte de artış olduğu fakat buna rağmen beklenenin tersine pandemik izolasyon sürecinde oyuncuların fiziksel aktivitelerinin orta-yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. E- sporcularda Covid-19 sürecinde beklendiği üzere oyun başında geçirilen süre artmış, bu da ağrılarında artışa sebep olmuştur. Fakat buna rağmen fiziksel aktivitelerinin iyi düzeyde olması bu bireylerde geri dönüşü olmayacak problemlerin ortaya çıkmasını önleyebilir.

Determining How E-Sports Athletes Are Affected By The Covid-19 Outbreak Period

PURPOSE The aim of our study is to determine the effects of e-Sports players in terms of pain and physical activity during the Covid-19 isolation process.

METHOD Participated in the online survey 100 volunteer athletes which is 82 men and 18 women, aged 17-36, actively playing digital games. In the online survey; Sociodemographic characteristics of the athlete, which e-sports games were played, and how long they played these games on which vehicle were determined. Pain intensities before and after the Covid-19 process were evaluated with an 11-point pain severity scale, and physical activity levels during the Covid-19 process were evaluated using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ).

RESULT According to the statistical analysis performed, the pain intensity felt before the Covid-19 process was 2.93 ± 2.23 and the pain intensity felt after and after it was determined as 4.28 ± 2.26 (p = 0.001). The physical activity levels of the Athletes Playing E-Sports during the Covid- 19 process were determined as 1378.69 ± 592.31 MET-min / week. Considering the average hours played per day, a statistically significant difference was found before and after isolation (p = 0.001).

CONCLUSIONS Looking at the results of the online survey, it was observed that during the Covid-19 pandemic, e-Sports players' pain levels felt in any part of the body after playing digital games. In addition, it was observed that there was an increase in the average daily hours played, but contrary to what was expected, the physical activities of the players were at a medium-high level during the pandemic isolation process. As expected in the Covid-19 process, the time spent at the beginning of the game increased in e-athletes, which caused an increase in their pain. However, having a good level of physical activity can prevent the occurrence of irreversible problems in these individuals.

SB438

SPOR MERKEZİNDE FARKLI PROGRAMLARA KATILAN KADINLARIN SAĞLIKLALAR İLGİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİ KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Ersin ARSLAN, [2]Zekiye ÖZKAN, [1]Tülay KESER, [1]M. Emin ARSLAN

[1]Çaldıran Mili Eğitim Müdürlüğü/VAN
[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi/BESYO/VAN

Email : *ersinarslan70@hotmail.com, zekiyeozkan06@hotmail.com, tulaaykeser@hotmail.com, arslnemn@hotmail.com*

Amaç: Van il merkezinde bulunan bir spor salonuna düzenli olarak giden ve burada uygulanan farklı programların bu kadınların sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeylerini ne oranda etkilediğini ve hangi programın daha olumlu yönde etkili olduğunu belirlemek için bu çalışma yapılmıştır.

Yöntem: Bu çalışmaya Van il merkezin bir spor salonuna düzenli olarak giden yaş ortalaması 33.01±8.23 olan toplam 300 kadın gönüllük esasına dayanarak katılmıştır. Çalışmaya katılan 300 kadın katılımcının 150 kişi pilates programına, 150 kişi ise body shape-rooll shape programına 4 hafta boyunca haftada 3 gün birer gün arayla bir saat düzenli olarak katılmıştır. Bu çalışmada ön ve son test verileri alınarak değerlendirme yapılmıştır. Katılımcıların ön-son test değerlendirmesi: yaş, VKİ, metabolik yaşı, kas kütleleri, yağ yüzdeleri, omuz çevresi, göğüs çevresi, bel çevresi, basen çevresi, bacak ve kol çevresi değerleri alınarak kişisel bilgi forma işlenmiştir. Verilerin analizinde, normallik ve varyansların homojenliğinin sağlandığı durumlarda ikili karşılaştırmalar için t-testi kullanılmıştır. Normallik ve varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda ise Mann-Whitney U testi ile tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Ön-son test uygulaması içinde Wilcoxon uygulanmıştır. Karşılaştırmalar için anlamlılık düzeyi olarak $p<0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan 300 kadın katılımcının 150 kişi pilates programına 150 kişi ise body shape-rooll shape programına 4 hafta devam etmiştir. Ön-son test verilerinin istatiksel değerlendirmesi sonucuna göre; kilo, vücut yağ oranı, kas kütlesi, yağ yüzdesi, metabolik yaşı, omuz çevresi, göğüs çevresi, bel çevresi, karın çevresi, basen çevresi, bacak ve kol çevresi ölçülerinin body shape-rooll shape programına katılan 150 kadının lehinde anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

Sonuç: Body shape-rooll shape programına katılan kadınların sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeylerinin pilates programına katılan kadınlara göre daha anlamlı fark olduğu ve body shape-rooll shape programının pozitif yönde daha etkili olduğu görülmüştür.

Comparison Of Health Related Physical Fitness Levels Of Women Participating In Different Programs In The Sports Center

Objective: This study was conducted to determine to what extent the different programs that regularly go to a gym in the city center of Van and implemented there affect the physical fitness levels of these women and which program is more effective.

Method: A total of 300 women with an average age of 33.01 ± 8.23 who regularly attend a gym in the city center of Van participated in this study on a voluntary basis. Of the 300 women participating in the study, 150 people

participated in the Pilates program and 150 people participated in the body shape-rooll shape program for one hour, 3 days a week, every day for 4 weeks. In this study, pre and post test data were taken and evaluated. Participants' pre-post test evaluation: age, BMI, metabolic age, muscle mass, fat percentages, shoulder circumference, chest circumference, waist circumference, hip circumference, leg and arm circumference values were taken and personal information was recorded on the form. In the analysis of the data, the t-test was used for paired comparisons in cases where the homogeneity of normality and variances was provided. Descriptive statistics were used with the Mann-Whitney U test in cases where the homogeneity of normality and variances was not provided. Wilcoxon was used within the pre-post test application. The significance level for the comparisons was set at $p < 0.05$. Results: Of the 300 women participating in the study, 150 people attended the pilates program and 150 people attended the body shape- rooll shape program for 4 weeks. According to the statistical evaluation of pre-post test data; Weight, body fat ratio, muscle mass, fat percentage, metabolic age, shoulder circumference, chest circumference, waist circumference, abdominal circumference, hip circumference, leg and arm circumference were found to be significantly different in favor of 150 women participating in the body shape- rooll shape program.

Conclusion: It was observed that the health-related physical fitness levels of women participating in the body shape-rooll shape program were more significant compared to the women participating in the pilates program, and the body shape-rooll shape program was more positively effective.

SB440

8 HAFTALIK PİLATES VE BODY SHAPE-ROLL SHAPE PROGRAMLARINA KATILAN KADINLARIN SAĞLIKLA İLGİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

[2]Zekiye ÖZKAN, [2]Ersin ARSLAN, [1]Tülay KESER, [3]Tebessüm ASLAN

[1]Çaldıran Mili Eğitim Müdürlüğü/VAN
[2]Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi/BESYO/VAN
[3]Özel Spor Salonu Diyetisyen / VAN

Email : *zekiyeozkan06@hotmail.com, ersinarslan70@hotmail.com, tulaaykeser@hotmail.com, tebessumaslan86@hotmail.com*

Amaç: Bu çalışmadaki amacımız, Van il merkezinde bulunan bir spor salonuna düzenli olarak giden ve 8 haftalık pilates, Bady shape-roll shape programlarına katılan kadınların sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeylerini karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışmaya Van il merkezinde bir spor salonuna düzenli olarak giden ve farklı 2 programa devam eden Body shape grubunun yaş ortalaması 29.85±7.31 olan 21 kişi iken pilates grubunun yaş ortalaması 31.61±10.50 olan 31 kadın toplamda 52 kadın gönüllük esasına dayanarak katılmıştır. Çalışmaya katılan kadınlar 8 hafta boyunca birer gün arayla bir saat düzenli body shape-rooll shape ve pilates programına katılmıştır. Bu çalışmada ön ve son test verileri alınarak değerlendirme yapılmıştır. Katılımcıların ön-son test değerlendirmesi: yaş, VKİ, metabolik yaşı, kas kütleleri, yağ yüzdeleri, omuz çevresi göğüs çevresi, bel çevresi, basen çevresi, bacak ve kol çevresi değerleri alınarak kişisel bilgi formuna işlenmiştir. Verilerin analizinde, normallik ve varyansların homojenliğinin sağlandığı durumlarda ikili karşılaştırmalar için t- testi kullanılmıştır. Normallik ve varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda ise Mann- Whitney U testi ile tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Ön-son test uygulaması içinde Wilcoxon uygulanmıştır. Karşılaştırmalar için anlamlılık düzeyi olarak $p<0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan Body shape-roll shape grubunun vücut ağırlığı, VKİ, metabolik yaşı, kas kütleleri, yağ yüzdeleri, omuz çevresi, göğüs çevresi, bel çevresi, basen çevresi değerlerinde anlamlı farklılık görülmüştür. Pilates grubunda ise vücut ağırlığı, metabolik yaşı, göğüs çevresi, bel çevresi, basen çevresi değerlerinde anlamlı farklılık görülmüştür. 8 haftalık program sonucunda Body shape-roll shape grubunun bacak, kol çevresi, iç yağlanma ve kas kütlesinde anlamlı fark olduğu, pilates grubunda ise basen ve bacak çevrelerinde anlamlılık görülmüştür.

Sonuç: 8 haftalık body shape-rooll shape programına katılan kadınların sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk düzeylerinin pilates programına katılan kadınlara göre daha anlamlı fark olduğu ve body shape-rooll shape programının daha etkili olduğu görülmüştür.

Comparison Of Health-Related Physical Fitness Levels Of Women Participating In 8-Week Pilates And Body Shape-Roll Shape Programs

Objective: Our aim in this study was to compare the health-related physical fitness levels of women who regularly go to a gym in the city center of Van and participate in 8-week pilates and Bady shape-roll shape programs.

Method: A total of 52 women participated in this study on a voluntary basis, 31 women with an average age of 31.61 ± 10.50, while the average age of the Body Shape group, which goes to a gym in the city center of Van and attends two different programs, was 29.85 ± 7.31. The women participating in the study participated in the regular body shape-rooll shape and pilates program for one hour every day for 8 weeks. In this study, pre and post test data were taken and evaluated. The pre-post test evaluation of the participants: age, BMI, metabolic age, muscle mass, fat percentages, shoulder circumference, chest circumference, waist circumference, hip circumference, leg and arm circumference values were taken and recorded in the personal information form. In the analysis of the data, the t-test was used for paired comparisons in cases where the homogeneity of normality and variances was provided. Descriptive statistics were used with the Mann- Whitney U test in cases where the homogeneity of normality and variances was not provided. Wilcoxon was used within the pre-post test application. The significance level for the comparisons was set at $p < 0.05$.

Results: Significant differences were observed in body weight, BMI, metabolic age, muscle mass, fat percentage, shoulder circumference, chest circumference, waist circumference, and hip circumference values of the body shape-roll shape group included in the study. In the Pilates group, a significant difference was observed in body weight, metabolic age, chest circumference, waist circumference and hip circumference values. As a result of the 8-week program, it was observed that there was a significant difference in the leg, arm circumference, internal fat and muscle mass of the Body shape-roll shape group, while a significant difference was observed in the hip and leg circumference in the Pilates group.

Conclusion: It was observed that the health-related physical fitness levels of women participating in the 8-week body shape-rooll shape program were more significant than women participating in the pilates program, and the body shape-rooll shape program was more effective.

PB467

REKREATİF AMAÇLI MMA SPORUYLA UĞRAŞAN SEDANTER BİREYLERİN BAZI MORFOLOJİK VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNİN GELİŞİMİ

***[1]Osman Turğut*, [1]Kemal Gazanfer Gül**

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, KOCAELİ

***Email :** ptosmanturgut@gmail.com, gazanfergul@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı rekreatif amaçlı yapılan 10 haftalık teknik MMA antrenmanlarının sedanter bireylerin bazı morfolojik ve motorik özelliklerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Bu çalışma düzenli olarak antrenman yapmayan yaş ortalaması 38,4 ± 0,548, boy ortalaması 178,6 cm ± 3,647, ağırlık ortalaması 80,8 kg ± 12,88 olan gönüllü 5 erkek birey üzerinde yapılmıştır. 10 hafta boyunca haftada 2 gün 2'şer saatlik teknik MMA antrenman programı uygulanmıştır. 10 haftalık antrenman programının başlangıcında ve sonunda test ve ölçümler yapılmıştır.

Bulgular: Bu çalışmada alınan ön test-son test ölçüm değerleri arası farklılıklar Paired-Sample T testi kullanılarak değerlendirilmiştir. Yapılan incelemeler sonrasında 10 haftalık antrenman programının başında ve sonunda yapılan testlere ve alınan ölçüm değerlerine göre; ağırlık, göğüs çapı, bel çapı, durarak uzun atlama, durarak üç adım uzun atlama, dikey sıçrama, omuz esnekliği, otur-eriş testlerinde anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Kol, bacak, omuz, kalça, kalf çap ölçümlerinde ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Haftada 2 gün yapılan teknik MMA antrenmanlarının sedanter bireylerin bazı motorik ve morfolojik özellikleri üzerine olumlu etkileri olduğu görülmüştür. Dolayısıyla gelecek dönemde yapılacak çalışmalarda spor yapmaya istekli bireylerin sadece fitness salonlarında değil farklı spor branşlarına girerek de gençliklerinde yapamadığı sporları yapmasına fırsat tanımalı. Aynı zamanda mücadele sporlarıyla da sağlıklı ve zinde bir vücut elde ederken de eğlenerek antrenman yapabilecekleri bir ortam oluşturularak gelişimlerine katkıda bulunabilecekleri hatta psikolojik testlerle veya yaşamdan doyum almalarına yönelik testlerle de MMA çalışmalarının yaşam standartını artırmaya yönelik etkilerini değerlendirmede yararlı olacağı kanaatindeyiz.

DEVELOPMENT OF SOME MORPHOLOGICAL AND MOTORIC FEATURES OF SEDENTARY INDIVIDUALS ENGAGED IN RECREATIONAL MMA SPORTS

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the effects of 10-week technical MMA training for recreational purposes on some morphological and motoric properties of sedentary individuals.

Method: This study was conducted on 5 volunteers who do not train regularly, with an average age of 38.4 ± 0.548, an average height of 178.6 cm ± 3.647, and a mean weight of 80.8 kg ± 12.88. A 2-hour technical MMA training program was applied 2 days a week for 10 weeks. Tests and measurements were made at the beginning and at the end of the 10-week training program.

Results: In this study, the differences between pre-test and post-test measurement values were evaluated using the Paired-Sample T test. After the examinations made, according to the tests performed at the beginning and at the end of the 10-week training program and the measured values; A significant difference was found in weight,

chest diameter, waist diameter, standing long jump, three-step long jump while standing, vertical jump, shoulder flexibility, and sit-and-reach tests ($p<0,05$). There was no significant difference in arm, leg, shoulder, hip and calf diameter measurements ($p>0,05$).

Conclusion: It has been observed that technical MMA training performed twice a week has positive effects on some motoric and morphological characteristics of sedentary individuals. Therefore, in future studies, individuals willing to do sports should give the opportunity to do sports that they could not do in their youth, not only in fitness centers but also in different sports branches. At the same time, we believe that they can contribute to their development by creating an environment where they can have fun while having a healthy and energetic body and even be useful in evaluating the effects of MMA studies to increase the standard of living with psychological tests or tests for life satisfaction.

SB496

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNİN FİZİKSEL İNAKTİVİTEYE ETKİSİ

***[1]Muhammed M. Atakan*, [1]Selin Aktitiz, [2]Mert Kayhan**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersizde Beslenme Ve Metabolizma Anabilimd Dalı, Ankara, Türkiye
[2]Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Anabilim Dalı, Kütayha, Türkiye

***Email :** muhammed.atakan@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: COVID-19, mortalite ve morbidite ile önemli ölçüde ilişkilidir. Bu ölümcül salgının yayılmasını engellemek için getirilen sokağa çıkma yasakları ve kısıtlamalar, ırk, etnik köken veya gelir düzeyine bakılmaksızın çok çeşitli ülkelerde fiziksel aktivitenin azalmasına yol açmıştır. Bazı ülkelerdeki çocukların ve yaşlıların fiziksel aktivite düzeyinin COVID-19'dan nasıl etkilendiğini gösteren bazı makaleler olmasına rağmen, pandemi sırasında Türkiye'deki adım sayılarındaki değişikliği bildiren hiçbir veri mevcut değildir. Bu nedenle, bu çalışmada Türkiye'deki bildirilen ilk COVID-19 vakasından sonra adım sayısındaki değişikliklerin gösterilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: 1427 gönüllünün (Erkek n= 242 - Kadın n=1185) yer aldığı bu çalışmada katılımcıların demografik bilgileri, çalışma koşulları, tıbbi geçmiş ve Türkiye'de COVID-19 (10 Mart) salgınından 2 ay önce (Ocak -Şubat) ve 2 ay sonraki (Mart-Nisan) adım sayıları sorgulanmıştır. Verilerin analizinde iki yönlü tekrarlı ölçüm varyans analizi ve bağımsız örneklerde t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen veriler, pandemi sırasında COVID-19 salgını öncesine kıyasla günlük adım sayılarının %43.5 azaldığını (ön = 6564.3 ± 3615 adım/gün - sırasında = 3706.8 ± 3006 adım/gün; $p<0.05$) göstermiştir. Bu farklılık erkek (%32.9) ve kadın (%45.9) arasında benzerdir ($p> 0.05$). Hem çalışanlarda (ön = 6794.5 ± 3832 adım/gün - son = 4027.3 ± 3223 adım/gün) ve hem işsizlerde (ön = 6337.1 ± 3374 adım/gün - sonrası = 3390.4 ± 2742 adım/gün) ($p<0.001$) pandemi öncesi aylarla karşılaştırıldığında pandemi sırasındaki aylarda adım sayısında önemli bir azalma gözlenmiştir. Bu azalış gruplar arasında benzerdir ($p> 0.05$).

Sonuç: Türkiye'de pandemi sırasında, pandemi öncesine göre çalışma koşullarına ve cinsiyete bakılmaksızın tüm gruplarda adım önemli düzeyde sayısı azalmıştır. Bu çalışma, Türkiye'deki COVID-19 pandemisinden adım sayılarının nasıl etkilendiğine dair ilk ön verileri sağlamaktadır.

COVID-19 Versus Physical Inactivity – A Self-Reported Questionnaire Study

Backround and Aim: COVID-19 is linked with significant mortality and morbidity. To curb the spread of this deadly pandemic, the curfews and lockdowns were imposed in a wide range of countries that led to reduced physical activity (PA) across all regions irrespective of race, ethnicity or income level. Although there are some papers published that showed how PA level was affected by COVID-19 in children and older in some countries, no data available that reports the change in step counts in Turkey during this pandemic. Therefore, we aimed to show the changes in step counts in Turkey following the first reported case of COVID-19.

Methods: The study included a total of 1427 participants (male n= 242 - female n=1185) who were completed an online survey builts via Google Forms that consisted of the questions including demographic information, working

conditions, medical history, and the average step counts for 2 months before (January- February) and 2 months after (March-April) the outbreak of COVID-19 (10 March) in Turkey. Two-way repeated measure variance analysis and independent-sample t-test were used to analyze the data. Results: The obtained data show that step counts were decreased by 43.5% (pre=6564.4±3615 steps/day vs. during=3706.8±3006 steps/day; $p<0.05$) during the pandemic compared to before the COVID-19 outbreak with no difference between males (32.9%) and females (45.9%) ($p>0.05$). Significant reduction in step counts was also observed between before and during the pandemic months in the workers (6794.5±3832 steps/day vs. post= 4027.3±3223 steps/day) and unemployed adults (pre= 6337.1±3374 steps/day vs. post= 3390.4±2742 steps/day) ($p<0.001$) and this was similar between groups ($p>0.05$).

Conclusion: During the pandemic, step counts were markedly decreased in all groups, regardless of gender and medical condition, compared to the pre-pandemic in Turkey. This study provides the first preliminary data on how step counts were affected by COVID-19 in Turkey.

FİZİKSEL UYGUNLUK / PHYSICAL FİTNESS

SB20

ÜST DÜZEY KADIN HENTBOLCULARDA FİZYOLOJİK VE FİZİKSEL PARAMETRELERİN İNCELENMESİ

[1]Demet Çıplak, [1]Ersöz Gonca

[1]Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi

Email : *demetkurtciplak@gmail.com, ersozgonca67@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporda başarılı performans sergileyebilmek için fiziki ve fizyolojik uygunluk gereklidir. Hentbolcuların fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin sportif başarılarında önemli etkisi olduğu düşünülmektedir. Araştırmamızın amacı Türkiye Kadınlar Süper Lig'inde oynayan milli ve milli olmayan hentbolcuların fiziksel ve fizyolojik profillerini karşılaştırmaktır.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Kadınlar Hentbol Süper Ligi' nde oynayan yaş ortalamaları 23,20 ± 0,67 yıl olan (n:20) milli; yaş ortalamaları 21,95 ± 0,75 yıl olan (n:19) milli olmayan sporcu olmak üzere toplam 39 gönüllü katıldı. Deneklerin boy ve vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, VKİ (vücut kitle indeksi) tespit edildi. İstirahat kalp atım sayısı ve kan basıncı ölçüldü. Deneklerin motorik becerilerini ölçmek için 20 m mekik koşu testi, sıçrama ölçümleri, sol ve sağ el kavrama kuvveti, esneklik, bacak kuvveti, Zig-zag yön değiştirme (COD), Flamingo denge ve 30 m koşu testleri uygulandı. Verilerin istatistiksel analizinde student'ın t-testi kullanıldı.

Bulgular: Çalışmaya katılan deneklerin morfometrik ölçüm sonuçları gruplar arasında bir farklılık göstermedi. Uygulanan testlerden bacak kuvveti ve sol el kavrama kuvveti sonuçları milli bayan sporcularda milli olmayan bayan sporculara göre artış gösterdi (sol el kavrama kuvveti; milli bayan sporcular: 39,16 ± 0,56 kg, milli olmayan bayan sporcular 34,2 ± 1,2 kg $P<0.005$; bacak kuvveti; milli bayan sporcular: 74,6 ± 2,3 kg, milli olmayan bayan sporcular 61,6 ± 2,4 kg $P<0.005$). Diğer testlerde ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık görülmedi.

Sonuç: Çalışmamızda milli bayan hentbolcuların bacak kuvveti ve sol el kavrama kuvveti parametrelerinin milli olmayan bayan hentbolculara göre daha fazla olduğu gösterilmiştir. Bu sonuçlar bayanlarda hentbol spor branşında sportif başarı için bacak kuvveti ve el kavrama kuvvetinin önemini göstermektedir. Uygulanan diğer testlerde anlamlı bir farlılık görülmemiştir. Bu sonuç aynı ligde müsabakalara katılan her iki gruptaki sporculara, benzer antrenmanların aynı yoğunlukta uygulanması ile açıklanabilir. Bu sonuçlara göre bayan hentbol sporcularının sportif başarılarını artırmak için bacak kuvveti ve el kavrama kuvvetlerini artıracak antreman programlarının artırılması önerilmelidir.

AN INVESTIGATION OF PHYSIOLOGICAL AND PHYSICAL PARAMETERS IN UPPER LEVEL WOMEN HANDBALL PLAYERS

Both physical and physiological fitness is required for a successful performance in sports. The physical and physiological characteristics of handball players are thought to have an important effects on their success in sports. The aim of our study was to compare the physical and physiological profiles of national and non-national handball athletes playing at the Turkish Women's Super League.

The study included a total of 39 volunteers: 20 national athletes with a mean age of 23.20 ± 0.67 years and 19 non-national athletes with a mean age of 21.95 ± 0.75 years (n: 19), all playing at the Turkish Women's Handball

Super League. The subjects' height, body weight, body fat ratio, and BMI (body mass index) were recorded. The resting heart rate and blood pressure were measured. The following measurement tools/tests were administered to assess the participants' motor skills: 20 m shuttle running test, jump test, left and right-hand grip strength test, flexibility test, leg strength test, Zig-zag change of direction test (COD), Flamingo balance test, and 30m running test. Student's t-test was used for statistical analysis of the data.

Morphometric measurement values of the subjects participating in the study did not differ between groups. The results of the leg strength and left-hand grip strength test were higher in national female athletes compared to non-national female athletes (left-hand grip strength- national female athletes: 39.16 ± 0.56 kg, non-national female athletes 34.2 ± 1.2 kg, $P < 0.005$; leg strength- national female athletes: 74.6 ± 2.3 kg, non-national female athletes 61.6 ± 2.4 kg $P < 0.005$). In other tests, there was no significant difference between groups.

In our study, we observed that the leg strength and left-hand grip strength parameters of the national female handball players were higher than those of the non-national female handball players. These results show the importance of leg strength and hand grip strength for sportive success in female handball players. In other tests, no significant difference was observed. This result can be explained by the enforcement of similar training methods at the same intensity to all athletes in both groups participating in competitions in the same league. According to these results, the increasing of a training programs placing more stress on leg strength and hand grip strength is recommended in order to increase the athletic success of female handball athletes

SB41

7 YAŞ ÇOCUKLARIN SAĞLIKLA İLİŞKİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK NORMLARI – DENİZLİ İLİ ÖRNEĞİ

***[1]Çiğdem BACAK*, [1]Berna RAMANLI, [2]Hande ŞENOL**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli
[2]Pamukkale Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Denizli

***Email :** ozmen_cigdem@windowslive.com, bramanli@pau.edu.tr, hsenol@pau.edu.tr*

GİRİŞ ve AMAÇ: Çocuklar üzerinde uygulanan fiziksel uygunluk testleri, motor uygunluk ve kas fonksiyonun yeterliliğini ölçmeyi amaçlamaktadır. Fiziksel uygunluk test sonuçları; egzersiz ve aktivite programları için planlama yapmak ve zaman içerisindeki değişimlerini gözlemleyebilmenin yanı sıra yetenek seçimi ve hastalık risk faktörlerinin tespiti için de önemli noktalara katkı sağlamaktadır. Amaç: Çocuklarımız için ülkemiz şartlarına uygun fiziksel uygunluk normlarının oluşturulmasına olan ihtiyaç göz önüne alınarak yapılan bu araştırmanın amacı, 7 yaş çocukların sağlıkla ilişkili fiziksel uygunluk seviyelerinin Denizli ili için norm değerlerini oluşturabilmektir.

GEREÇ ve YÖNTEM: Araştırmaya devlet ve özel okullarda 2019-2020 Eğitim Öğretim yılı içinde eğitime devam eden 7 yaş grubu 2885 çocuk katılmıştır. Çocukların fiziksel uygunluk düzeylerinin belirlenmesinde FitnessGram Test Bataryası kullanılmıştır. Ölçümler öncesinde ısınma yapılmıştır. Daha sonra ölçümler 1600 m koş yürü testi, mekik testi, gövde kaldırma testi, şınav testi, modifiye pull-up testi, bükülü kol asılma testi, otur eriş testi ve omuz esneklik testi sırası takip edilerek uygulanmıştır. Ve en son ölçümler sonrası soğuma yapılmıştır.

BULGULAR ve SONUÇ: İstatistiksel analizde çocukların fiziksel uygunluk seviyelerinin ortalama, standart sapma ve yüzdelik normları alınmış ve değerlendirilmiştir.

Sonuç: Elde edilen norm değerleri beden eğitimi öğretmenlerine ve antrenörlere hem ülkemiz çocukları için ülkemiz şartlarında bir değerlendirme ve karşılaştırma imkânı sağlamak hem de yetişen neslin fiziksel uygunluklarını kontrol edebilmek için faydalı olacağı düşünülmektedir.

PHYSICAL FITNESS NORMS FOR HEALTH-RELATED CHILDREN 7 CASE OF DENİZLİ PROVINCE

Physical fitness tests performed on children aim to measure motor fitness and adequacy of muscle function. Physical fitness test results contribute to important points for talent selection and determination of disease risk factors, as well as planning for exercise and activity programs and observing changes over time.

Aim: The aim of this study, which is considering the need for the establishment of physical fitness norms suitable for the conditions of our country, is to establish the norm values of 7-year-old children's health-related physical fitness levels for Denizli.

Methods: The research group consists of a total of 2885 children of 7 years old who continue their education in public schools affiliated to Denizli Provincial Directorate of National Education during the 2019-2020 academic year. Fitnessgram Test Battery was used to determine the physical fitness levels of children. Warming was

performed before the measurements. Then, the order of the measurements and tests was as follows: one-mile walk-run test, abdominal curl up test, trunk lift test, push-up test, modified pull-up test, flexed arm hang test, back-saver sit and reach test and shoulder stretch test. Finally cooling was done after the measurements.

Results and Conclusion:In statistical analysis, mean, standard deviation and percentile norms of children's physical fitness levels were obtained and evaluated. The norm values obtained are thought to be beneficial for physical education teachers and coaches both for the children of our country to provide an opportunity for evaluation and comparison under the conditions of our country, and to control the physical fitness of the generation.

SB133

HIZLI KİLO VERME VE ALMANIN GENÇ KADIN JUDO SPORCULARININ FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ

***[1]Büşra ÖZDEK*, [2]Mustafa KARAHAN, [3]İbrahim ŞAHİN**

[1]Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı (PhD)
[2]Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** busraozdek95@gmail.com, mkarahan@aksaray.edu.tr, ibrahimsahin_68@gmail.com*

Hızlı kilo kaybı, özellikle kilo kategorilerine göre yarışan sporcuların fiziksel kondisyonunu olumsuz etkilemektedir. Kısa süreli kilo verme ve toparlanma döneminde genç kadınların fiziksel performanslarındaki değişikliklerle ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada, kısa sürede hızlı kilo veren ve hızlı kilo alan genç bayan judo sporcularının fiziksel performanslarındaki değişiklikleri incelemesi amaçlanmıştır. Çalışmaya, orta sıklet kategorilerinden (48 kg - 70 kg), ortalama yaşları ve tecrübeleri sırasıyla 16,4 ve 6,4 yıl olan 12 elit kadın judo sporcusu katılmıştır. Sporcular daha önce kullandıkları yöntemler doğrultusunda, müsabaka kilo kategorileri için bir hafta içinde kilo verdiler ve kilo verme ile müsabaka arasındaki dönemde bir miktar kilo aldılar. Kilo kaybından önce ve sonra (T1 ve T2) ve toparlanma sonrası (T3), sporcular vücut kütlesi, 20m sprint koşu, 20m mekik koşusu, 6x35m sprint koşu (RAST) ve pençe, sırt ve bacak kuvveti testleri gerçekleştirdiler. Veriler, tekrarlanan ölçümler için varyans analizi (ANOVA) ile test edildi. Sırasıyla hızlı kilo verme (%-5.6) ve alma (%3.3) sonrasında, başlangıç seviyelerine kıyasla, aerobik güçte %4.4, %2, anaerobik güçte %10, %5.3, kavrama gücünde %3.5, %2.1, bacak %6, %3 ve sırt kuvvetlerinde %7, %4.3 oranında önemli düşüşler olmuştur ($p < 0.05$). Ancak, sadece kilo düşme sonrası sprint performansındaki azalma anlamlıydı ($p < 0.05$). Sonuç olarak, bu çalışma hızlı kilo vermenin ve kazanmanın genç kadın judo sporcularının fiziksel formunda önemli bir azalmaya neden olduğunu gösterdi. Buna karşın, hızlı kilo alma süreci sadece hız yeteneğini iyileştirmek için yeterliydi.

Anahtar kelimeler:Aerobik güç, anaerobik güç, kuvvet, sürat

The Effect Of Rapid Weight Loss And Gain On The Physical Fitness Of Young Women Judo Athletes

Rapid weight loss negatively affects the physical fitness of athletes, competing especially for weight category. There is no study on the changes in the physical fitness of young women during the short-term weight loss and recovery period. This study aims to examine the changes in the physical fitness of elite young women judo athletes during rapid weight loss and gain. Twelve elite female judo athletes selected from the middleweight categories (48 kg - 70 kg) with a mean age and experience of 16.4 and 6.4 years, respectively, participated in the study. In line with the methods they used before, the athletes lost weight within a week for their competition weight categories and gained some weight in the period between weight-in and competition. Before and after weight loss (T1 and T2) and after recovery (T3), athletes performed a series of test batteries for body mass, 20m sprint, 20m shuttle run, 6x35m running sprint (RAST) and the handgrip, back and leg strengths. Data were tested with analysis of variance (ANOVA) for repeated measures. Compared to baseline levels, there were significant decreases in aerobic power by 4.4%, 2%, anaerobic power by 10%, 5.3%, handgrip strength by 3.5%, 2.1%, leg by 6%, 3% and back strengths by 7%, 4.3%, ($p<0.05$), after rapid weight loss (by -5.6%) and gain (3.3%) respectively. However, only the decrease in sprint performance after rapid weight loss was significant ($p < 0.05$).

As a result, this study showed that rapid weight loss and gain induced a significant reduction in the physical fitness of young female judo athletes. However, the process of rapid weight gain was only sufficient to recover speed ability.

Key words: Aerobic power, anaerobic power, strength, sprint

SB201

9-11 YAŞ BASKETBOLCULARIN ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİ İLE FİZİKSEL PERFORMANSLARI VE ARALARINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Aylin DEMİRÇELEN*, [1]Serkan ÖZEN, [1]Bayram CEYLAN**

[1]Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu

***Email :** demircelenaylin@hotmail.com, serkann_ozen@hotmail.com, bceylan@kastamonu.edu.tr*

Giriş ve amaç: Çalışmada Kastamonu ilinde basketbol okuluna katılan 9-11 yaş çocukların antropometrik özellikleri ile fiziksel performansları ve aralarındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya 13 kız (yaş=9.38±0.5, boy=1.37±0 kilo=37.9±10.1 VKİ=19.9±4.4) 23 erkek (ya=10.4±2.7, boy=1.40±0.0, kilo=35.0±6.2, VKİ=17.5±2.5) sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma öncesinde sporcuların velilerinden gerekli izinler alındı. Sporcuların vücut kompozisyonları belirlendikten sonra, sırasıyla mekik, şınav, el-pençe, otur-eriş ve 20 metre mekik koşusu testleri uygulandı. Verilerin analizinde SPSS 23 paket programı kullanıldı. Veriler ortalama ve standart sapma şeklinde ifade edildi. Veriler normal dağıldığı için grupların karşılaştırılmasında bağımsız değişkenlerde T test uygulandı. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edildi.

Bulgular: Gruplar arasında VKİ, toplam deri kıvrım kalınlığı, 20 metre mekik koşusu sırasındaki toplam tur sayısı ve dolayısıyla VO2maks değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edildi ($p<0.05$). Sporcuların antropometrik özellikleri ile bazı performans testleri arasında çok yüksek ve yüksek korelasyon bulundu ($p<0.01$).

Sonuç: Yağ yüzdesi arttıkça, vücut hareketi gerektiren aktivitelerdeki performans düşmektedir. Sonuç olarak, basketbolcuları değerlendirirken cinsiyet faktörü göz önünde bulundurulmalı ve bu yaş grubundaki çocuklarda daha az yağ yüzdesi, bel kalça oranı, toplam deri kıvrım kalınlığı daha iyi performansla ilişkilendirildiği için antrenmanların bu değişkenleri azaltacak ve kas kütlesini arttıracak şekilde planlanması önerilmektedir.

Anthropometric Characteristics And Physical Performances Of 9-11 Age Basketball Players

Introduction and aim: The aim of the study was to determine the anthropometric characteristics and physical performances of 9-11 years old children attending a basketball school in Kastamonu and the relationship between them. Method: 13 girls (age = 9.38 ± 0.5, height = 1.37 ± 0 weight = 37.9 ± 10.1 BMI = 19.9 ± 4.4) 23 boys (age = 10.4 ± 2.7, height = 1.40 ± 0.0, weight = 35.0 ± 6.2, BMI = 17.5 ± 2.5) the athlete participated voluntarily. Necessary permissions were obtained from the parents of the athletes before the study. After determining the body composition of the athletes, shuttle, push-up, hand-claw, sit-and-reach and 20-meter shuttle running tests were performed, respectively. SPSS 23 package program was used in the analysis of the data. Data are expressed as mean and standard deviation. Since the data were distributed normally, T test was used for independent variables in comparison of the groups. Pearson Correlation test was used to examine the relationship between variables. Significance level was accepted as $p <0.05$.

Results: A significant difference was found between the groups in terms of BMI, total skinfold thickness, total number of turns during a 20- meter shuttle run, and thus VO2max values ($p <0.05$). A very high and high

correlation was found between the athletes' anthropometric characteristics and some performance tests ($p < 0.01$).

Conclusion: The higher the fat percentage, the lower the performance in activities that require body movement. In conclusion, gender factor should be taken into consideration when evaluating basketball players, and since less fat percentage, waist-hip ratio, and total skin fold thickness are associated with better performance in children in this age group, it is recommended that training should be planned in a way to reduce these variables and increase muscle mass.

SB255

SPORCU SEÇİMİNDE BAŞ, AYAK, DİZ VE OMUZLAR TESTİ UYGULAMASININ KULLANILABİLİRLİĞİNİN ÖNEMİ

***[1]Gonca İnce*, [2]Ceylan Ekerer**

[1]Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu,ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi Balcalı Eğitim Ve Araştırma Hastanesi,ADANA

***Email :** gince@cu.edu.tr, ceylanegriparmak@gmail.com*

Giriş: Sporcu seçimi, yıllardır üzerinde çalışılan ve profesyonel sporcular yetiştirmeyi hedefleyen bir unsurdur. Ancak, sporcu seçimi yaparken kullanılan testler, profesyonel bir sporcu yetiştirmek için yeterli midir? Sporda bir alanda profesyonelleşmede, yüksek düzeyde öz denetim ve öz motivasyonun gerekliliği belirtilmektedir. Yine ünlü bir futbol koçu "Öz disiplin olmadan, başarı imkânsızdır" dediği vurgulanmaktadır. Öz denetimi yüksek sporcular seçebiliyor muyuz?

Amaç: Bu çalışma, sporcu seçiminde Baş, Ayak, Diz ve Omuzlar (BADO) testi uygulamasının kullanılabilirliğinin önemini ortaya koymak amacıyla yapıldı.

Yöntem: Bu çalışmada literatür taramasından yararlanıldı. Tarama, 2009-2019 yılları arasında Google akademik üzerinden yapıldı. Anahtar kelimeler [Baş, ayak, diz ve omuzlar (BADO), yönetici fonksiyonlar, öz denetim, davranışsal denetim] hem İngilizce hem de Türkçe olarak kullanıldı.

Bulgular: BADO testi, öz düzenleme veya davranış düzenleme becerilerinin ölçümünde kullanılan bir testtir. Davranış düzenleme; dikkat, çalışan bellek ve inhibitör kontrol gibi bilişsel süreçleri de içeren öz düzenleme becerilerinin bir parçası olarak tanımlanmaktadır. BADO testinin, sporcu seçiminde kullanılması yolu ile dikkat düzeyi daha iyi, dürtüsel kontrolü olan bireylerin seçilebileceği vurgulanabilir. Böylece, seçilen sporcuların daha kolay teknik ve taktik bilgileri edinebileceği düşünülmektedir.

Sonuç: BADO testinin sporcu seçiminde kullanılmasının profesyonel sporcu yetiştirmede etkili olabileceğini düşünmekteyiz.

The Importance Of Usability Of Head, Foot, Knee And Shoulders Test Application In Athlete Selection

Introduction: Athlete selection is a factor that has been worked on for years and aims to train professional athletes. However, are the tests used when choosing an athlete sufficient to train a professional athlete? It is stated that a high level of self-control and self-motivation is necessary for professionalization in a field in sports. It is also emphasized that a famous football coach said "Without self-discipline, success is impossible". Can we choose athletes with high self-control?

Purpose: This study was investigated to reveal the importance of the usability of the Head, Foot, Knee and Shoulders (HFKS) Test in the selection of athletes.

Method: In this study, literature review was used. The scan was done on Google academic between 2009-2019. Keywords [Head, foot, knee and shoulders (HFKS), executive functions, self-control, behavioral control] were used in both English and Turkish.

Results: HFKS test is a test developed to measure self-regulation or behavior regulation skills. Behavior regulation; It is defined as a part of self-regulation skills, including cognitive processes such as attention, working memory, and inhibitory control. It can be emphasized that individuals with better attention level and impulsive control can be selected by using the HFKS test in the selection of athletes. Thus, it is thought that selected athletes will be able to obtain technical and tactical information more easily.

Conclusion: We think that using the HFKS test in the selection of athletes can be effective in training professional athletes.

KİNANTROPOMETRİ / KINANTROPOMETRY

SB105

ULTRA TRAIL MARATON ERKEK KOŞUCULARINDA SOMATOTİP İLE PERFORMANS İLİŞKİSİ

[1]HATİCE İLHAN ODABAŞ, [1]BENİL KISTAK, [1]NALAN SUNA, [1]MENŞURE AYDIN, [1]MUSTAFA ASLAN BAŞAR, [1]EYYÜP CEMAL KILIÇ

[1]Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL

Email : *ilhanodabas@yahoo.com, benilkistak@halic.edu.tr, nalansuna@gmail.com, mensureaydin@halic.edu.tr, m.aslanbasar@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada amaç; rekreatif amaçlı Ultra Trail erkek koşucularının somatotip değerleri ile koşu performansları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 44 erkek (yaş ortalaması: 45,64±9,16yıl; boy ortalaması: 175,84±6,18cm; vücut ağırlığı ortalaması: 75,36±7,46kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar Ultra Trail yarışında dört farklı mesafeden hangisinde yarışacaklarını kendileri tercih etmişlerdir. Bu mesafeler, 13km (n=6); 30km (n=19); 66km (n=15); 100km (n=4) olarak önceden belirlenmiştir. Araştırma grubunun deri kıvrım kalınlığı (triseps, subskapular, suprailiak, calf); çap (femur ve humerus); çevre (üst kol ve baldır) ölçümleri koşu yarışından 24 saat öncesinde uzman kişi tarafından yapılmıştır ve bu değerlerle katılımcıların somatotipleri Heath-Carter somatotip yöntemine göre belirlenmiştir. Araştırma grubunun koşu performansları organizasyonun web sitesinde bulunan yarış sonuçları bölümünden alınmıştır. Araştırmanın verileri SPSS 24.0 analiz programına kaydedilmiştir. Normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir ve normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p<0,05$). Somatotip ile performans arasındaki ilişkinin analizi Spearman korelasyonu; somatotip değerlerle koşu sürelerinin mesafeye göre farklılığının olup olmadığı Kruskal-Wallis analizi ile yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Katılımcıların somatotip ortalaması 3,79±1,21; 5,24±1,06; 2,04±1,01 olarak bulunmuştur. Koşu ortalama süreleri 13km için 93,50±17,13dk; 30km için 275,68±58,06dk; 66km için 745,93±109,07; 100km için 994,00±232,43dk olarak hesaplanmıştır. 30km koşan erkeklerin ektomorfi ile koşu süreleri arasında negatif yönde ilişki tespit edilmesine rağmen ($p<0,05$); tüm katılımcıların somatotip değerleri ile koşu süreleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Endomorfi yapıda ve koşu sürelerinde mesafelere göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak, katılımcıların somatotip yapıları endo-mezomorfi bulunmuştur. Somatotip değerler ile performans arasında ilişkinin bulunmaması katılımcıların rekreatif amaçla bu yarışa katılmasından kaynaklandığını söyleyebiliriz.

RELATIONSHIP BETWEEN PERFORMANCE AND SOMATOTYPE IN ULTRA TRAIL MARATHON MEN'S RUNNERS

Introduction and Aim: The aim of this study is to examine the relationship between the somatotype values of recreational Ultra Trail male runners and their running performance.

Method: 44 males (mean age: 45.64±9.16years; mean height: 175.84±6.18cm; mean body weight: 75.36±7.46kg) participated in the study voluntarily. Participants chose which of the four different distances to race in the Ultra Trail race. These distances are 13km (n= 6); 30km (n= 19); 66km (n= 15); 100km (n= 4). Skinfold thickness of the research group (triceps, subscapular, suprailiac); diameter (humerus e femur); circumference (biceps, triceps, calf) measurements were made by an expert 24 hours before the running race, and with these values, the somatotypes of the participants were determined according to the Heath-Carter somatotype method. The running performances of the research group were taken from the race results section on the website of the organization. The data of the study were recorded in the SPSS 24.0 analysis program. Conformity to normal distribution was evaluated by the Shapiro-Wilk test and it was found that it did not show a normal distribution ($p<0.05$). Analysis of the relationship between somatotype and performance. Spearman correlation; Kruskal-Wallis analysis was used to determine whether there was a difference between somatotype values and running times with respect to distance. The level of significance was set at $p<0.05$.

Results: Somatotype mean of the participants was 3.79±1.21; 5.24±1.06; 2.04 ± 1.01. The average running time is 93.50 ± 17.13 minutes for 13km; 275.68 ± 58.06min for 30km; 745.93 ± 109.07min for 66km; 994.00±232.43min for 100 km. Although a negative correlation was found between ectomorphy and running time of men running 30km ($p<0.05$); There was no significant relationship between somatotype values of all participants and running time ($p>0.05$). It was found that there was a significant difference in endomorphic structure and running times according to the distance ($p<0.05$).

Conclusion: As a result, somatotype structures of the participants were found to be endo-mesomorph. We can say that the lack of relationship between somatotype values and performance is due to the participants' participation in this race for recreational purposes.

SB185

FARKLI BRANŞ VE KATEGORİDEKİ SPORCULARIN BESLENME ALIŞKANLIKLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Sercan ACAR*, [2]Başak KOCA ÖZER**

[1]Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Antropoloji Bölümü, SİVAS
[2]Ankara Üniversitesi Dil Ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Antropoloji Bölümü, ANKARA

***Email :** sercanacar@cumhuriyet.edu.tr, bkozer@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Beslenme, alt yapı sporcuları için büyüme ve gelişme, elit sporcular için de performans açısından büyük önem taşımaktadır. Sporcu ve antrenörlerin sporcu beslenmesi bilgi düzeylerini antrenman ve müsabaka öncesi, sırası ve sonrasında yaş, cinsiyet ve branşa göre uygulamaları gerekmektedir. Bu çalışmanın amacı futbol, hentbol, voleybol ve basketbol branşı sporcularının beslenme alışkanlıklarını tespit etmek ve değerlendirmektir.

Yöntem: Araştırma Sivas ili futbol, hentbol, voleybol ve basketbol branşından 10-25 yaş arası küçük, yıldız, genç ve büyük 247 sporcu birey (202 erkek- 42 kadın) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sporcuların beslenme alışkanlıklarını tespit edebilmek için anket uygulanmış, Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010 (TBSA) ve Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberinde yer alan sorulardan adapte edilen ve bu kapsamda sporcunun beslenme alışkanlığını belirlemek adına ana öğün sayısı, ara öğün sayısı, atladığı öğün sayısı ya da bu öğünlerde tüketilen besinler sorgulanmıştır. Ayrıca sporculara 24 saatlik beslenme anketi uygulanmıştır. Tüketilen porsiyon miktarları belirlendikten sonra vücuda alınan enerji ve besin öğeleri Beslenme Bilgi Sistemi (BeBis) 7.2 ile tespit edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen verilere göre tüm cinsiyet ve branştaki sporcuların 3 ana öğün tükettikleri, ara öğünlere dikkat etmedikleri ve genel olarak ekmek ve tahıl ürünlerini, kuru baklagilleri, pirinç ve makarna tükettikleri gözlemlenmiş, protein alımı ise tüm kategorilerde yetersiz bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma sonuçları Sivas ili özelindeki farklı branş ve kategorilerdeki sporcuların sporcu beslenmesi hakkında yeterince bilgi sahibi olmadıkları ve her bir sporcunun yaş, cinsiyet ve kategoriye özgü olması gerekli beslenme örüntüsünü yaşamlarına entegre edemedikleri tespit edilmiştir. Bu bağlamda gerek sporcu beslenme bilgi düzeyinin yükseltilmesi, gerekse besine ulaşma ve tüketim şartlarının iyileştirilmesi ve desteklenmesi gerektiği düşüncesindeyiz.

Anahtar kelimeler: Beslenme alışkanlıkları, sporcu, branş, Sivas

THE ASSESSMENT OF NUTRITION HABITS ON ATHLETES OF DIFFERENT BRANCHES AND CATEGORIES

Introduction and Purpose: Nutrition is of great importance in terms of growth and development for infrastructure athletes and performance for elite athletes. Athletes and trainers are required to apply their knowledge of sports nutrition before, during and after training and competition according to age, gender and branch. The aim of this study is to identify and assess the nutritional habits of football, handball, volleyball and basketball athletes.

Method: The research was carried out on 247 tiny, schoolboys, cadets and young athletes (202 males and 42 females) between the ages of 10-25 from the branches of football, handball, volleyball and basketball in Sivas. A questionnaire, which prepared by the Ministry of Health and Turkey Nutrition and Health Survey (2010), and adapted from questions which included in the Turkey-specific nutrition guide, was applied to determine the nutritional habits of athletes. In this context, the number of main meals, the number of snacks, the number of skipped meals or the consumed foods in these meals were questioned in order to determine the nutritional habits of the athlete. In addition, a 24-hour nutrition questionnaire was applied to the athletes. After determining the portion amounts consumed, the energy and nutrients, which taken into the body were determined by the Nutrition Information System (BeBis) 7.2.

Results: According to the obtained data, it was observed that athletes of all genders and branches consume 3 main meals, do not pay attention to snacks and generally consume bread and cereal products, dried legumes, rice and pasta, and protein intake was found to be insufficient in all categories.

Conclusion: It was determined that athletes in different branches and categories who specific to Sivas did not have enough information about sports nutrition and could not integrate the nutrition pattern into their lives that should be specific to each athlete's age, gender and category. In this context, we are of the opinion that both the knowledge level of athletes on nutrition should be increased and the conditions of access to food and consumption should be improved and supported.

Keywords: Nutrition habits, athletes, branches, Sivas

SB307

5-7 YAŞ GRUBU RİTMİK CİMNASTİKÇİLERDE DERİ ALTI YAĞ DAĞILIMI VE SEGMENTAL FİZİKSEL ÖZELLİKLER

***[1]Kadriye Bayer*, [1]Ece Aydın, [1]Emine Kutlay**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir, Türkiye

***Email :** kadrye.bayer@icloud.com, aydinece98@gmail.com, emine.kutlay@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Ritmik cimnastikte yağlanma ile kazanılan vücut ağırlığı, performans ve dış görünüm bakımından sorun oluşturmaktadır. Bu çalışmada 5-7 yaş grubu cimnastikçilerde, deri altı yağ dokusu dağılımı ve segmental fiziksel özellikler incelendi.

Yöntem: Çalışmaya 5-7 Yaş (ondalık yaş) grubundan 22 cimnastikçi (spora başlama yaşı 4.3±0.8, haftalık antrenman saati 4.9±1.0) katıldı. Antropometrik ölçümler, The International Society for the Advancement of Kinanthropometry protokolüne (Sınırlandırılmış Profil) uygun alındı (1). Bu ölçümlerden elde edilen veriler ile, 6 ve 8 bölge deri kıvrımı kalınlıkları toplamı (Σ6 ve Σ8), vücut yağ oranı (VYO), beden kütle indeksi (VKİ), Manouvrier Index (MI), bel/kalça oranı, oturma yüksekliği/boy uzunluğu oranı, gövde/extremite deri altı yağ kalınlığı oranı (G/E oranı) hesaplandı. IBM SPSS 25.0 istatistik programı kullanılarak tanımlayıcı istatistik analizleri yapıldı. Yaş gruplarına göre yüzde artış miktarları hesaplandı ve önemli artış oranları incelendi.

Bulgular: Yaş grupları arasında, vücut ağırlığı, boy ve kulaç uzunluğunda %5, oturma yüksekliği ve MI de %2-4 arasında farklar gözlendi. VYO, Σ6 ve Σ8 değerlerinde yaş artışı ile bir azalma saptanırken, en belirgin farklar iliac crest ve suprasipinale deri kıvrım bölgelerinde (%10-30) gözlendi. Çevre ve çap ölçümlerinde yaş grupları arasında daha düşük oranda bir fark vardı. G/E oranı 7 yaş cimnastikçilerde daha dengeliydi.

Sonuç: Büyüme-gelişme ile, temel, çevre ve çap ölçüm değerlerinde yaşa bağlı artışlar gözlenirken, yaş grupları arasında büyük farklılıklar gözlenmedi. Ancak 5 yaşındaki yeni cimnastikçilerin deri kıvrımı kalınlık değerleri, diğer yaşlara göre daha yüksekti. Antrenman yılının etkili olabileceği düşünülmektedir. Sağlıklı ve uzun süreli bir sportif yaşam için fiziksel özelliklerin takibi önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Antropometrik Ölçümler, Deri altı yağ dağılımı, Ritmik cimnastik

Kaynaklar: 1.Marfell-Jones MJ, Olds T, Stewart AD, Carter L, 2007. International Standards for Anthropometric Assessment. Potchefstroom, South Africa.

Subcutaneous Fat Distribution And Segmental Physical Features In 5-7 Age Group Rhythmic Gymnasts

Introduction and aim: Body weight gained by fat in rhythmic gymnastics poses problems in terms of performance and appearance. In this study, subcutaneous adipose tissue distribution and segmental physical properties were investigated in 5-7 age group gymnasts.

Methods: Twenty-two gymnasts (the sports start ages was 4.3±0.8, and the weekly training hours was 4.9±1.0 hour) from the age group 5-7 (decimal age) participated in the study. Anthropometric measurements were

collected in accordance with The International Society for the Advancement of Kinanthropometry protocol (Restricted Profile) (1). With the data obtained from these measurements, the sum of 6 and 8 region skinfold thickness (Σ6 and Σ8), body fat ratio (BF%), body mass index (BMI), Manouvrier Index (MI), waist/hip ratio, sitting height/stature ratio, trunk/extremity skinfolds ratio (T/E ratio) were calculated. Descriptive statistical analyzes were made using the IBM SPSS 25.0 statistics program. Percentage increases were calculated according to age groups and significant increase rates were examined.

Results: Differences between age groups were observed in body weight, stature and arm span 5%, sitting height and MI between 2-4%. BF%, Σ6 ve Σ8 values decreased with increasing age, while the most significant differences were observed in iliac crest and suprasipinal skin fold regions (10-30%). There was less difference between age groups in girth and breadth measurements. The T/E ratio was more stable for 7-year-old gymnasts.

Conclusion: While naturally growth-development, age-related increases were observed in basic, girth and breadth measurement values, no major differences were observed between age groups. However, the novice 5-year-old gymnasts had higher skinfold thickness values than other ages. The training year is thought to be effective. It is important to follow physical characteristics for a healthy and long-term sportive life.

Keywords: Anthropometric measurements, Subcutaneous fat distribution, Rhythmic gymnastics

References: 1.Marfell-Jones MJ, Olds T, Stewart AD, Carter L, 2007. International Standards for Anthropometric Assessment. Potchefstroom, South Africa.

SB320

GENÇ KADIN VOLEYBOL OYUNCULARINDA VÜCUT KOMPOZİSYONU ILE ANAEROBİK PERFORMANS PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

***[1]Erkan AKDOĞAN*, [1]Beyza GÜVEN**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

***Email :** eakdogan@eskisehir.edu.tr, beysa_26@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı genç kadın voleybol oyuncularında vücut kompozisyonu ile anaerobik performans parametreleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Bu amaçla, 23 kadın voleybol oyuncusu (yaş: 14,79 ± 0,58 boy: 169,70 ± 5,62 kilo: 61,44 ± 7,92) araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Dual enerji X-ışını absorptiometrisi (DEXA) yöntemi ile tüm vücut kompozisyonu parametreleri belirlenmiştir. Anaerobik performansları skuat sıçrama (SS), aktif sıçrama (AS) ve çeviklik testi (T-çeviklik) ile analiz edildi. Tüm vücut ve bölgesel vücut kompozisyonu, çeviklik testi yeteneği ve sıçrama parametreleri arasında ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Anlamlılık düzeyi ≤0.05 alınmıştır. İstatiksel analizler sonucunda kadın voleybol oyuncularında SS ve AS testi ile vücut, bacak, kol ve gövde yağ yüzdesi ve kütlesi (kg) arasında negatif ilişki ($p<0.05$) bulunmuştur. Ayrıca android ve gynoid yağ yüzdesi ile SJ ve CMJ arasında negatif ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda çeviklik test ile vücut, bacak ve gövde yağ yüzdesi arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Yo-Yo IR1, SJ ve CMJ ile diğer toplam / bölgesel vücut kompozisyonu arasında önemli bir ilişki görülmemiştir. Sonuç olarak, artan tüm/bölgesel vücut yağının voleybolcularda SS, AS ve çeviklik performansını olumsuz etkileyebileceğini göstermiştir. Antrenörlerin voleybolcularda verimi artırmak ve fiziksel performansı geliştirmek için vücut yağlanma artışına izin vermemesi önerilir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, vücut kompozisyonu, çeviklik, sıçrama

Relationship Between Body Composition And Anaerobic Performance Parameters In Young Female Volleyball Players

The purpose of this study was to investigate the relationship between body composition and anaerobic performance parameters in young female volleyball players. 23 healthy young women volleyball players (Age: 14,79 ± 0,58years, height: 169,70 ± 5,62cm, body weight: 61,44 ± 7,92kg,) voluntarily participated in this study. Volleyball team were assessed for whole body and regional estimates of body composition using dual-energy X-ray absorptiometry (DXA). Anaerobic performance was analyzed with the Squat Jump (SJ), Counter Movement Jump (CMJ) and T-agility test. Relationships between body composition and anaerobic performance parameters were analyzed with pearson correlation coefficient. Probability level was ≤0.05. As a result of statistical analyses, there was a significant negative correlation between, SJ and CMJ percentage of body fat (%BF) leg fat (% LF) arm fat (%AF), trunk fat (%TF) and fat mass (kg). There was also a significant negative correlation between SJ and CMJ percentage of android and gynoid fat. There was also a significant positive correlation between agility test percentage of body fat (BF), leg fat (LF) and trunk fat (TF). No significant correlation was seen among Yo-Yo IR1, SJ and CMJ with other whole/regional body composition. Results indicated that increased total/regional body fat might be a detriment to the SJ, CMJ and agility performance in volleyball players. It is recommended that coaches do not allow increased body fat in volleyball players to increase efficiency and improve physical performance.

Key-Words: Volleyball, body composition, agility, jump

SB434

9-11 YAŞ YÜZÜCÜLERDE ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİN 50 M SERBEST STİL PERFORMANSLARI ÜZERİNE ETKİSİ

[2]Bergün Meriç Bingül, [1]Murat Can Keskin, [1]Mehmet Bilal Akçakaya, [1]Mahmut Hasan Tahtalı, [1]Murat Doğanay

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, KOCAELİ
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Email : *bergunmeric@gmail.com, murtcan3@gmail.com, mehmetbilalakcakaya@gmail.com, mahmuthtahtali@gmail.com, muratdoganay41@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışma 9-11 yaş aralığında ki yüzücülerin antropometrik değişkenlerin 50 m serbest stil performansı üzerine etkilerini incelemek amacı ile yapılmıştır.,

Yöntem: Araştırmaya en az 2 yıl lisanslı olarak yüzme branşında faaliyet gösteren yaş ortalamaları 9,91±081 yıl, boy ortalamaları 138,87±6,25 cm, vücut ağırlık ortalamaları 31,05±4,06 kg olan 12 erkek ve 12 kız toplam 24 sporcu katılmıştır. Ölçümler, denekler ve velilerinin bilgilendirilmesi yapıldıktan sonra yazılı onayları alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların antropometrik ölçümleri kütle-uzunluk (Boy, kilo, oturma yüksekliği, kulaç, kol, ön kol, el, uyluk, kalça, göğüs), deri kıvrım kalınlık (biceps, triceps, supscapula, suprailiac, uyluk, baldır), çevre (omuz, göğüs, bel, karın, kalça, uyluk), çap (biliiac, bitrochanter, göğüs, humerus bicondyler, femur bicondyler), vücut proporsiyon (BMİ, Cormique İndeks, Acromi-İliacus İndeks, Matine İndeks, Bacak İndeksi, Kalça İndeksi, Göğüs Çevre İndeksi, Vücut Yağ Yüzdesi) ölçümleri ile 50 m serbest dereceleri alınmıştır. SPSS 22.0 programı kullanılarak Spearman Korelasyon analizi ile verilerin ilişkileri incelenmiştir. Bulgular: Araştırmada kız yüzücülerin 50 metre serbest stil dereceleri ile bacak indeksi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir($p<0,05$). Erkek sporcularda yapılan tüm ölçümlerin 50 m serbest stil performansı üzerinde istatistiksel olarak bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Sonuç: Bu çalışmada yapılan ölçümler 9-11 yaş aralığında bulunan sporcular üzerinde 50 metre serbest stil yüzme performansıyla fiziksel yapı arasında erkeklerde bir ilişki olmadığı, kızlar da ise vücuduna oran ile daha uzun alt ekstremiteye sahip olmalarının avantaj sağladığı ortaya çıkmıştır.

Anahtar kelimeler: Yüzme, antropometri

The Effect Of Anthropometric Features On 50 M Freestyle Performance In 9-11 Age Swimmers

Objective: This study was carried out to examine the effects of anthropometric variables on 50 m free performance of swimmers between the ages of 9-11.

Method: A total of 24 athletes, 12 males and 12 females, with an average age of 9.91 ± 0.81 years, a mean height of 138.87 ± 6.25 cm, and a body weight of 31.05 ± 4.06 kg, who were licensed for at least 2 years in swimming, participated in the study. The measurements were carried out after the participants and their parents were informed, and with their written permission. Anthropometric measurements of the athletes participating in the research are body weight-length (height, weight, sitting height, stroke, arm, forearm, hand, thigh, hip, chest),

skin fold thickness (biceps, triceps, supscapula, suprailiac, thigh, calf), circumference (shoulder, chest, waist, abdomen, hip, thigh), diameter (biliiac, bitrochanter, chest, humerus bicondy, femur bicondy), body proportion (BMI, Cormique Index, Acromi-Iliacus Index, Matine Index, Leg Index, Hip Index, Chest Circumference Index, Body Fat Percentage) measurements and 50 m free degrees were measured. The relationships of the data were analyzed using the Spearman Correlation test using the SPSS 22.0 program.

Results: In the study, a statistically significant relationship was found between 50 meters free style time and leg index of female swimmers ($p<0.05$). A statistically significant relationship was not found between all measurements of male athletes and 50 m freestyle performance.

Conclusion: As a result of measurements on swimmers between the ages of 9-11, it was concluded that there was no relationship between 50 meters freestyle swimming performance and physical structure in males, but females had an advantage when they had a longer lower extremity than their body.

Key Words: Swimming, Anthropometry

MOTOR GELİŞİM VE ÖĞRENME / MOTOR DEVELOPMENT AND LEARNING

SB88

FARKLI UYARI HIZI VE DENEYİM DÜZEYİNİN BADMİNTONCULARDAKİ SEZİNLEME ZAMANIN PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Bahman Golshaei*, [2]Erhan Devrilmez, [1]Sadettin Kirazcı**

[1]Orta Doğu Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, ANKARA
[2]Karamanoğlu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KARAMAN

Giriş ve Amaç: Spor dalında başarılı olabilmek için yüksek seviyede algısal kapasiteye ve ayrıca motor davranışta etkin bir performansa ihtiyaç duyulmaktadır. Doğru sezinleme zamanlamanı, sporların çoğunda önemli bir rol oynamaktadır. Sezinleme zamanı esas olarak, bir nesnenin / görüntünün zaman ve uzayda belirlenmiş bir hedef noktaya ne zaman varacağını tahmin etme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Badminton gibi raket sporlarında, topun hareketini izlemek, topun gelişini önceden tahmin etmek ve son olarak rakibin sahasına topu doğru yönde vurmak çok önem taşımaktadır. Özellikle isabetli yakalama veya vurma gerektiren sporlarda, bu algısal yetenek, başarılı bir performansa katkıda bulunabilecek ana faktörlerden birsi olarak düşünülmektedir.Bu çalışmanın amacı, genç badminton oyuncularında farklı uyarı hızının "Zamansal Sezinleme Süresi" (ZSS) performansı üzerindeki etkisini, spor deneyimi (deneyimli, acemi ve sedanter) göre incelemektir.

Yöntem: Bunun için yaşları 11 ve 17 arasında olan 139 gönüllü katılımcı; deneyimli (n=42), acemi (n=43) badminton oyuncusu ve sedanter (n=54) etik kurulu onayından sonra bu çalışmaya katılmışlardır. ZSS performansı üç farklı uyarı hızında 1 mph (düşük), 3 mph (orta) ve 5 mph (yüksek) Bassin Sezinleme Zamanlayıcısı kullanılarak ölçülmüştür. Veriler "Mutlak Sabit Hata" ve "Değişken Hata" olarak doğruluk ve tutarlık göstergesi olarak kullanılmıştır. Karma model ANOVA kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuçlar: Karma model ANOVA sonuçlarına dayanarak, badminton oyuncularının hem mutlak hem değişken hatalar için sedanter katılımcılardan daha anlamlı fark bulunmuştur, Ayrıca deneyimli oyuncular acemi oyunculardan ve sedanter katılımcılardan daha doğru ve tutarlı performans göstermiştir.

Anahtar Sözcükler: Sedanter, Sezinleme Zamanı, Uyarı Hızı.

Effect Of Stimulus Speeds And Badminton Experience Level On Coincidence Anticipation Timing

Introduction: To some extent, all sports need high perceptual abilities to execute motor skills proficiently. Precise coincidence- anticipation timing plays a major role in most of the sports that require catching or hitting a ball. Coincidence-anticipation timing is mainly described as the ability to predict when an object/image would arrive at a designated target point in time and space. In racket sports, like badminton, it is very essential to track the ball movement, to anticipate the arrival of the ball, and finally to hit the ball toward the opponent's court. Especially in sports requiring precise catching or hitting, this perceptual ability could be speculated as a main factor which may contribute to a successful performance.

Purpose: Purpose of presented study was to investigate the effect of different stimulus speeds (1, 3, and 5 mph) and different levels of badminton participation (sedentary, novices, and experienced players) on Coincidence Anticipation Timing (CAT) performance.

Method: Participants were 43 experienced players consisting of 20 males (Mage=13.27, SD=1.40) and 23 females (Mage=13.18, SD=1.52) with minimum of three years badminton participation experience and 42 beginner players consisting of 20 male (Mage=12.99, SD=1.59) and 22 female (Mage=12.72, SD=.78). CAT was measured with using modified Bassin Anticipation Timer (BAT) under rest condition at three different stimulus speeds of 1, 3 and 5 m/sec. After a brief explanation of the test protocol and warm-up, participants were given 3 CAT trials on each stimulus speed to familiarise themselves with BAT device and the test protocol. Raw scores were transformed into two error scores (Absolute Error, AE & Variable Error, VE).

Finding and Results: Repeated Measure ANOVA was used for statistical analysis. Results of absolute constant error scores showed that there was a non- significant interaction between experience and stimulus speed ($F(4,272)=.67$, $p>.05$). Main effects were checked with Greenhouse-Geisser results. Also Main effects of study showed a significant difference between stimulus speeds ((1.70),231.45=.00, $p<.05$) while there was no significant difference between experience level of participants. Besides, results of VE revealed that there was statistically no significant interaction between stimulus speed and experience (F (4,272) =.37, $p>.05$). Greenhouse-Geisser results showed that there was a significant difference between stimulus speeds performances of participants (F (2,271.71) =.00, $p<.05$).

Conclusion: CAT performances of different levels of badminton participations were affected by the speed of stimulus. Keywords: Sport Participation, Coincidence Anticipation Timing, Sedentary.

SB140

TÜRKİYE'DE OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE MOTOR BECERİ GELİŞİMLERİNE YÖNELİK GERÇEKLEŞTİRİLEN LİSANSÜSTÜ TEZ ÇALIŞMALARININ İNCELENMESİ

[1]Meltem Dindar, [2]Şengül Demiral

[1]Trakya Üniversitesi Kırkpınar Değerleri Araştırma Ve Uygulama Merkezi, Edirne
[2]Trakya Üniversitesi Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, Edirne

Email : *meltemdindar@trakya.edu.tr, senguldemiral@trakya.edu.tr*

Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de okul öncesi dönemde motor becerilerin gelişimine yönelik lisansüstü tezlerin incelenmesidir. Araştırma nitel bir araştırmadır ve verilerin toplanması doküman incelemesi tekniğiyle sağlanmıştır. Araştırmanın evrenini YÖK Yayın Dokümantasyon Daire Başkanlığı tarafından 1989-2020 yılları arasında onaylanan ve arşivlenen, konu bölümü beceri olarak dizginlenen 714 lisansüstü eğitim tezi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemine, okul öncesinde motor beceri alanında yapılmış 16 yüksek lisans ve 7 doktora olmak üzere toplam 23 tez çalışması dahil edilmiştir. Ulaşılan tez çalışmaları, tezin adı, tez türü, amacı, örneklemi, veri toplama aracı alanlarında incelenmiştir. Türkiye'de okul öncesi dönemde motor becerilerin gelişimine yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde, çalışmaların büyük ölçüde yüksek lisans düzeyinde yapıldığı görülmektedir. Çalışma gruplarında öğrencilerin yer aldığı çalışmalarda kullanılan araştırma yöntemi sıklıkla deneysel yöntem olduğu görülmektedir. Öğretmen ve ebeveyn görüşüne dayalı çalışmaların sınırlı olduğu ve engelli bireylere yönelik yapılan motor beceri konulu çalışmaların çok sınırlı sayıda olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, okul öncesi dönem çocuklarına yönelik gerçekleşen lisansüstü tezlerin motor beceri gelişimleri alanında kullanımı çok az görülmekte ve kullanım sıklığına ulaşılması önerilmektedir.

Anahtar kelime: Okul öncesi dönem, erken çocukluk, motor gelişim, tez, doktora,

Investigation Of Postgraduate Theses Work Within The Field On Development Motor Of Skills At Preschool Education In Turkey

The aim of this study is to investigate the postgraduate thesis within the field on the development of motor skills in preschool education in Turkey. The research is a qualitative research and the data were collected by document analysis technique. The universe of the research consists of 714 graduate education theses, which were approved and archived between 1989 and 2020 by the Council of Higher Education and Documentation Department and whose subject section was rein in skill. The sample of the study included a total of 23 thesis studies, 16 of which were master's and 7 doctoral dissertations in the field of motor skills in preschool. The obtained thesis studies were examined in the fields of thesis title, thesis type, purpose, sample, and data collection tool. When Turkey in the work done for the development of motor skills in preschool period analyzed, it is seen that work largely done at the graduate level. It is seen that the research method used in studies involving students in study groups is often experimental. It has been found that studies based on teacher and parent opinions are limited and studies on motor skills for disabled individuals are very limited. When the findings of the study are examined, it is seen that the use of postgraduate theses for preschool children in the field of motor skill development is very rare and it is recommended to reach the frequency of use.

Key words: Preschool period, early childhood, motor development, theses, doctorate

SB406

10-11 YAŞ GRUBU KIZ ÇOCUKLARDA VOLEYBOL TEMEL HAREKET BECERİ ÇALIŞMALARININ MOTOR GELİŞİME ETKİSİ

[1]Kevser Gizem Özcan, [2]Betül BAYAZIT

[1]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli-Türkiye
[2]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli-Türkiye

Email : *telepati.gzem@hotmail.com,*

Amaç:10-11 yaş grubu kız çocuklarda voleybol temel hareket beceri çalışmalarının motor gelişime etkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmada antrenmanın etkisini belirlemek amacıyla ön test-son test kontrol gruplu deneysel yöntem kullanılmıştır. Deney grubunu, İzmit DSİ (Devlet Su İşleri) Spor Kulübü'nde voleybol branşında eğitim alan 10-11 yaş grubundaki 25 kız çocuk ve kontrol grubunu, İzmit Ford Otosan Ortaokulu'nda öğrenim gören aynı yaş sedanter 25 kız öğrenci olmak üzere, araştırma grubunu toplam 50 gönüllü kız çocuk oluşturmaktadır. Deney grubuna 10 hafta süreyle haftada 2 gün, günde 60 dakika olmak üzere voleybol branşının temel motor becerilerini geliştirmeye yönelik beş temel hareket becerisini içeren (parmak pas, manşet pas, smaç, alttan servis, üstten servis) bir antrenman programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir antrenman programı uygulanmamıştır. Araştırmanın etik onayı, Kocaeli Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 2020/01.06 karar numarası ve 2019/355 sayılı proje numarası ile 04.02.2020 tarihinde alınmıştır. Elde edilen verilerin SPSS 21.0 paket programında tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmış grupların kendi içerisindeki farkı belirlemek için Wilcoxon testi, gruplar arasındaki farkı belirlemek için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Sonuçlar $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Yapılan analizlerde deney ve kontrol grubunun son test ölçümleri karşılaştırıldığında, smaç, parmak pas, manşet pas, alttan servis, üstten servis değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç: Düzenli uygulanan voleybol temel hareket beceri çalışmalarının kız çocukların motor gelişimlerine katkı sağladığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, hareket becerisi, motor gelişim

THE EFFECT OF VOLLEYBALL BASIC ACTION SKILLS ON MOTOR DEVELOPMENT IN 10-11 AGE GIRLS

Objective: To examine the effects of volleyball basic movement skills on motor development in girls aged 10-11.

Method: The experimental method with pre-test and post-test control group was used to determine the effect of training. The experimental group consists of 25 girls in the 10-11 age group studying in the volleyball branch at the Izmit DSI (State Water Works) Sports Club, and the control group, 25 sedentary girls of the same age studying at Izmit Ford Otosan Secondary School. 50 volunteer girls constitute. A training program including five basic movement skills (finger pass, cuff pass, dunk, bottom service, top service) was applied to the experimental

group for 10 weeks, 2 days a week, 60 minutes a day. No training program was applied to the control group. Ethical approval of the study was obtained from Kocaeli University Non-Invasive Clinical Research Ethics Committee with decision number 2020/01.06 and project number 2019/355 on 04.02.2020.Wilcoxon test was used to determine the difference within the groups whose descriptive statistics were calculated in the SPSS 21.0 package program, and the Mann Whitney U test was used to determine the difference between the groups. The results were evaluated at the significance level of $p<0.05$.

Results: When the posttest measurements of the experimental and control groups were compared, a statistically significant difference was found between the variables of dunk, finger pass, cuff pass, bottom serve, top service ($p<0.05$).

Conclusion: It can be said that regular volleyball basic movement skill exercises contribute to the motor development of girls.

Keywords: Volleyball, movement skills, motor development

OLİMPİZM / OLYMPISM

SB352

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMEN ADAYLARININ FAİR-PLAY ALGILARININ KARİKATÜR VE ÇİZİM YOLUYLA İNCELENMESİ

[1]Didem Gülçin KAYA, [1]İsmet EKMEKCİ

[1]Afyon Kocatepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, AFYONKARAHİSAR

Email : *didemkemec@gmail.com, ismetozamay@yandex.com*

Giriş ve Amaç: Toplumun ve kültürün etkileşimi ile kelimelerin bazı kavramlarla özdeşleşmesi, çağrışım yapması olağan olarak karşılanmaktadır. Sözü edilen kavramlardan birinin de futbol branşı ile özdeşleşen fair play kavramı olduğu düşünülmektedir. Fakat yanlış ya da eksik bilinenin öğrenilmesi ve öğretilmesi ancak eğitim yoluyla mümkündür. Bu düşünce doğrultusunda sporcuların özellikle de Spor Bilimleri Fakültesi ya da Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu öğrencilerinin fair play kavramını tüm yönleriyle öğrenmesi ve anlamlandırması önem arz etmektedir. Bu nedenle araştırmanın amacı, seçmeli olarak Fair-Play eğitimi dersi alan Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin fair play kavramına ilişkin algılarının karikatür, çizim ya da görsel objeler yoluyla incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Araştırma grubunu, 2019-2020 akademik yılı Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'nde öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yoluyla seçilmiş 73 öğrenci oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmış ve öğretmen adaylarından fair play kavramını yansıtan bir karikatür, resim ya da görsel obje çizmeleri istenmiştir. Elde edilen veriler betimsel analiz tekniğiyle incelenmiş ve verilerin değerlendirilmesinde frekans (f), yüzde (%) değerleri hesaplanmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Araştırmanın sonucunda, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen adaylarının fair play kavramına ilişkin algıları ortak özelliklerine bakılarak çizmiş oldukları görseller kapsamında 29 kod ve 6 tema altında toplanmıştır. Bu altı tema; Sportmenlik, Sorumluluk Bilinci, Adil/Adaletli Olma, İnsancıl/Barışcıl Olma, Toplumsal Fair Play Ruhu ve Fair Play Ruhunu Teşvik Etme şeklindedir. Ayrıca belirlenen temalar kapsamında, öğretmen adaylarının çizimlerinde Sportmenlik temasını daha fazla vurguladıkları görülmüş ve seçmeli ders olarak alınan fair play eğitiminin olumlu yönde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Algı, Beden eğitimi ve spor, Çizim, Fair play, Görsel.

EXAMINING THE FAIR PLAY PERCEPTIONS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHER CANDIDATES THROUGH CARTOON AND DRAWING

Introduction and Purpose: The interaction of society and culture, and the identification and association of words with some concepts are accepted as usual. One of the concepts mentioned is a thought to be the concept of fair play, which is identified with the football branch. However, learning and teaching of the wrong or missing information is only possible through education. In line with this thought, it is an important that athletes, especially the students of the Faculty of Sports Sciences or the School of Physical Education and Sports, learn and make sense of the concept of fair play in all aspects. For this reason, the aim of the research is to examine the

perceptions of the students of the Department of Physical Education and Sports Teaching, who take Fair Play education as an elective course, regarding the concept of fair play through cartoons, drawings or visual objects.

Method: The phenomenology design, one of the qualitative research methods, was used in the research. The research group has consisted of 73 students, selected through criterion sampling, among purposeful sampling methods, studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching at Afyon Kocatepe University in the 2019-2020 academic year. In collecting the data, a personal information form created by the researchers was used and, the teacher candidates were wanted to draw a concept of fair play. The obtained data were analyzed by descriptive analysis technique and, frequency, percentage values were calculated in the evaluation of the data.

Findings and Result: As a result of the research, the perceptions of the Physical Education and Sports teacher candidates about the concept of fair play were collected under 29 codes and 6 themes. These six themes are; Sportsmanship, Consciousness of Responsibility, Being Fair, Being Humane/Peaceful, Promoting Social Fair Play Spirit and Fair Play Spirit. In addition, within the scope of the determined themes, it was seen that the teacher candidates emphasized the theme of Sportsmanship more in their drawings and it was concluded that the fair play training taken as an elective course was positive.

Key Words: Perception, Physical education and sports, Drawing, Fair play, Visual.

REKREASYON / RECREATION

SB5

MENŞEİ ALMANYA FİTNESS: MCFIT ÖRNEĞİ

[1]Ahmet Tarık Ergüven

[1]Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Anabilim Dalı

İnsanlar Türkiye'de serbest zamanlarının ortalama %70'ni dört duvar arasında geçiriyorlar. Bu tür serbest zaman geçirme şekli doğal olarak fiziksel aktivite oranını olumsuz etkilemektedir. Buda kilo alma ve bununla bağlantılı olarak yaşam kalitesine ve sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Sağlık sorunlarının engellenebilmesi için ve sağlığın temel direklerinden olan fiziksel aktivitelere ihtiyaç duyulur. Bu bağlamda fiziksel aktivitelerin sağlık etkisinin olabilmesi için aktivitelerin planlanmış, sistematik ve geliştirilebilir olması gerekmektedir. Fitness salonları bu noktada farklı hizmetlerle bireylerin yaşam kalitelerini yükseltebilir ve birey sağlığına katkıda bulunabilirler. Alman fitness sektörü son on yıl içerisinde örnek alınabilecek bir gelişme yaşamış ve herkesin bütçesine uygun fiyatlarla fitness yapma imkanı sunan konseptler hayata geçirmiştir. Finess kulüplerinin sayısı Mart 2020 itibariyle 9.669 ve üye sayısı 11,7 milyona yükselmiştir. Bu gelişmeyi zincir kulüplere borçludur. Burada üye sayısının artışını düşük fiyat kategorisinde (Low-Budget) kurulan fitness merkezlerine borçludur. 20 avronun altında kulüp üyelikleri, gelir seviyesi düşük kesime haftanın 7 günü 24 saat antrenman yapma imkanı sunmaktadır. Bu kategorideki fitness kulüpleri öğrenen organizasyonlar için ideal örnekleri oluşturuyorlar. Bu kategorideki fitness merkezleri müşterilerin veya bireylerin beklentilerini karşılayabilmek için yenilikleri takip etmekte ve kısa süre içerisinde organizasyonlarına entegre etmektedirler. Alman McFit (RSG Group) en başarılı örnekler arasında yer almaktadır. Farklı sektörlerin en iyisini örnek alarak ve kendi sistemine uyarlayarak 250'den fazla kulüp ve 1.100 bin üye sayısına ulaşmıştır. McFit, fitness eğitmenlerinin aldığı farklı eğitimlerden çıkan sorunları önlemek için dijital altyapısıyla kendine özgü bir program oluşturma mantığını hayata geçirmiş ve hala uygulamaktadır. Sektör ile alakalı çalışmalarda devrim yerine evrim mantığının hakim olması, sektörün profesyonelleşmesi, eğitimli personelin daha çok sektörde istihdam edilmesi ve uzun vadeli düşünme anlayışının hâkim olması Alman fitness sektörünün şu anda başarılı olmasının nedenleri arasındadır. Düşük fiyat kategorisi Türkiye'de bireylerin serbest zaman davranışları göz önünde tutulduğunda gelir seviyesi düşük kesime güvenli bir şekilde fiziksel aktivite imkanı sunacaktır.

Anahtar Kelimeler: Almanya, Serbest zaman, Fitness, Fiziksel aktivite

FINTESS MADE IN GERMANY: MCFIT EXAMPLE

In Turkey, an average of 70% of people spend their leisure between four walls. This type of leisure naturally has a negative impact on physical activity. This can lead to weight gain and problems related to quality of life and health. Physical activity, one of the cornerstones of health, is required to prevent health problems. In this context, in order for physical activities to have a health effect, activities should be planned, systematic and developable. At this point, fitness centers can improve individuals' quality of life and contribute to individual health. The German fitness industry has experienced an exemplary development over the past ten years and offers concepts that give the opportunity to do fitness at affordable prices for everyone. As of March 2020, the number of fitness clubs increased to 9.669 and the number of members to 11.7 million. The reason of this development are fitness clubs chains in the Low-Budget category. Under 20 euros, club memberships allow the low-income group to train 24 hours a day, 7 days a week. The fitness clubs in this category are also ideal examples for learning organizations. Fitness centers in this category follow innovations and integrate them into their organizations in a short time in order to meet the expectations of customers or individuals. German McFit Group (RSG Group) is among the most

successful examples. It has more than 250 clubs and 1,100,000 members. He takes the best from various industries as an example and implements it on his own system. In order to avoid individual differences and problems that arise from the fitness instructors different educational backgrounds, he developed and built his own digital platform. The reason for the success of the German fitness industry is that the logic of evolution prevails in the industry- related work, the professionalization of the industry, the employment of trained personnel in the industry and long-term thinking. Low price segment should be considered in order to improve the activity behavior of people with low income in their leisure time.

Keywords: Germany, Leisure, Fitness, Physical activity

SB53

REHABİLİTASYON MERKEZİ ÇALIŞANLARINDA REKREASYONEL AKTİVİTELERE KATILIM İLE MUTLULUK VE YAŞAM KALİTESİ İLİŞKİSİ

***[1]Ezel Demirbas*, [2]Fatma İlker Kerkez**

[1]Özel Nursel Özdemir Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezi, Muğla
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Muğla

Email : *ezeldemirbas@gmail.com, kerkez.f@gmail.com*

Ülkemizde özel gereksinimli bireylere hizmet veren rehabilitasyon merkezlerinde çalışan birçok birey olduğu bilinmektedir. Bu merkezlerde çalışanların mutluluk düzeyi ve yaşam kalitesi özel gereksinimli bireyler ile geçirdikleri sürenin ve eğitimin kalitesini etkileyebilmektedir.. Bu çalışmanın amacı; Muğla ili Fethiye ilçesinde bulunan rehabilitasyon merkezi çalışanlarının rekreasyonel aktivitelere katılım frekansının mutluluk ve yaşam kalitesi üzerine etkilerini araştırmaktır. Çalışmaya farklı rehabilitasyon merkezlerinde çalışan toplam 122 personel (% 66,4'ü kadın, % 33,6'sı erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; tanımlayıcı bilgi formu (personelin cinsiyet, yaş, medeni durum, görev ve gelir durumu), Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen, Doğan ve Akıncı Çötok (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ-K), Kim, Woo ve Uysal (2015) tarafından geliştirilen Yaşam Kalitesi Ölçeği ve rekreasyonel aktivite listesi kullanılmıştır. Anket formlarının çalışanlar tarafından cevaplanmasında yüz yüze görüşme yöntemi uygulanmıştır. Elde edilen veriler; rehabilitasyon merkezi personelinin rekreasyonel aktivitelerden en çok entellektüel aktiviteleri (4,16±0,84), en az ise doğada gerçekleştirilen aktiviteleri tercih ettiklerini (2,68±1,15) göstermiştir. Cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadınların rekreasyon aktivitelerine katılım oranı (X =3,46±0,6) erkeklere (X =3,15) göre yüksek bulunmuştur (p=0,016). Yapılan regresyon analizi sonucuna göre katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılımları ile mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir (t=4,195; p<0.001). Katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılımları ile yaşam kalitesi ilişkisi anlamlı bulunmamıştır (p>0,05). Rehabilitasyon merkezlerinde çalışanların özel eğitim gereksinimli bireylerle sağlıklı iletişim kurabilmesi ve kaliteli hizmet verebilmesi için mutlu hissetmeleri ve yaşam kalitelerinin yüksek olması önem arz etmektedir. Bu anlamda çalışma dışındaki serbest zamanlarını uygun rekreasyonel etkinliklerle değerlendirmeleri için farklı olanaklar sunulmalıdır.

Anahtar kelimeler: Rehabilitasyon, Rekreasyon, Mutluluk, Yaşam Kalitesi

THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS AND LIFE QUALITY IN REHABILITATION CENTER EMPLOYEES WITH PARTICIPATION IN RECREATIONAL ACTIVITIES

It is known that there are many individuals working in rehabilitation centers serving individuals with special needs in our country. The happiness level and quality of life of the employees in these centers can affect the quality of the time they spend with individuals with special needs and the quality of education. The aim of this study is to investigate the effects of the rehabilitation center employees in Muğla, Fethiye, on the happiness and quality of life. A total of 122 staff (66.4% women, 33.6% men) participated in the study voluntarily. As a data collection tool in the research; (1) descriptive information form (gender, age, marital status, duty and income status of staff), (2) Oxford Happiness Scale (OHS) developed by Hills and Argyle (2002) and adapted to Turkish by Doğan and

Akıncı Çötok (2011), (3) Life Quality Scale developed by Kim, Woo, and Uysal (2015) and (4) recreational activity list were used. The face-to-face interview method was used in answering the questionnaire forms by the employees. The data obtained; showed that the rehabilitation center staff preferred the most intellectual activities (4.16 ± 0.84) from the recreational activities and the least preferred activities (2.68 ± 1.15). When analyzed by the gender variable, the participation rate of women in recreation activities (= 3.46 ± 0.6) was found higher than men (= 3.15) (p = 0.016). According to the results of the regression analysis, a positive relationship was found between the participants' participation in recreational activities and happiness (t = 4,195; p <0.001). The relationship between participants' participation in recreational activities and quality of life was not significant (p> 0.05). It is important for the staff working in rehabilitation centers to feel happy and have a high quality of life in order to be able to communicate and provide health services to individuals with mental and physical disabilities. In this sense, different possibilities should be offered to evaluate their free time outside the work with appropriate recreational activities.

Keywords: Rehabilitation, Recreation, Happiness, Quality of Life

SB57

SPOR MERKEZLERİNE ÜYE OLAN BİREYLERİN SPORTİF REKREASYONEL AKTİVİTELERE İLİŞKİN SAĞLIK İNANÇLARI VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Pınar YılmaZ, [1]Rıza Uzunkulaoğlu, [1]Ezgi Ertüzün, [1]Gaye Erkmen Hadi

[1]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri, Konya

Email : *azra_pinar_yilmaz@hotmail.com, rizauzunkulaoglu@gmail.com, ezgiertuzun@gmail.com , gerkmen9@gmail.com*

Toplum içerisinde yer alan bireylerin herhangi bir konuya ilişkin tutum ve davranışlarına yön veren kişisel inançlar bireyin o konuya ilişkin yaşam biçimini belirlemektedir. Dolayısıyla bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları sağlık inançlarına göre şekillenmektedir. Bu nedenle, spor merkezine üye olan bireylerin sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançları, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını yansıttığı düşünülmektedir. Bu doğrultuda yapılan çalışmanın amacı spor merkezine üye olan bireylerin sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini, Konya ilinde özel spor merkezlerine üye olan 18 yaş ve üzeri 135'i kadın (yaş:27.10 ±7.96) 162'si erkek (yaş:26.29 ±7.42) toplamda 297 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla, kişisel bilgi formu, Sportif Rekreasyonel Aktivitelere İlişkin Sağlık İnancı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları II ölçekleri kullanılmıştır ve ölçekler arasındaki ilişki belirlemek amacıyla korelasyon ve regresyon analizi yapılmıştır. Sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için Pearson Momentler çarpımı korelasyon katsayıları incelenmiştir. Sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançlarının sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını yordamadaki rolünü test etmek için basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analizlerin tümü IBM SPSS Statistic 22.0 programı kullanılarak yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre spor merkezi katılımcılarının sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir ($r= .331$, $p<.01$). Analiz sonucunda sportif rekreasyonel aktivitelere ilişkin sağlık inançlarının sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını yordamada anlamlı katkısının olduğu ($F(1,296) = 36.28$, $p<.01$) ve varyans olarak sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının %11'ini ($R2 = 11$) açıkladığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı yaşam, sağlık inançları, sportif rekreasyonel aktiviteler

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE HEALTH BELIEFS OF SPORTS CENTER MEMBERS ABOUT SPORTIVE RECREATIONAL ACTIVITIES AND HEALTHY LIVING STYLES

Personal beliefs that direct the attitudes and behaviors of individuals in the society on any subject determine the lifestyle of the individual regarding that subject. Therefore, individuals' healthy lifestyle behaviors are shaped according to their health beliefs. For this reason, it is thought that the health beliefs of the individuals who are members of the sports center about sports and recreational activities reflect the healthy lifestyle behaviors. In this direction, the aim of the study is to examine the relationship between the health beliefs of individuals who are members of the sports center and their healthy lifestyle behaviors. The sample of the study consisted of a total of 297 participants, 135 females (Mage: 27.10 ± 7.96) and 162 males (Mage: 26.29 ± 7.42) who are 18 years old

and over, who are members of private sports centers in Konya. In order the collect the data of the study, personal information form, Health-Belief Scale on Sportive Recreational Activities and Healthy Lifestyle Behaviors Scale II were used and correlation and regression analysis was performed to determine the relationships between the scales. Pearson Moments product correlation coefficients were examined to reveal the relationship between health beliefs and healthy lifestyle behaviors related to sports recreational activities. Simple linear regression analysis was applied to test the role of health-beliefs on sportive recreational activities in predicting healthy lifestyle behaviors. All analyzes were made using IBM SPSS Statistic 22.0 program. According to the results of the analysis, it was observed that there was a positive significant relationship between healthy lifestyle behaviors related to sports recreational activities and health beliefs (r= .331, p<.01). As a result of the analysis, it was seen that health beliefs on sportive recreational activities had a significant contribution in predicting healthy lifestyle behaviors (F (1,296) = 36.28, p <.01) and explained 11% (R2 = 11) of healthy lifestyle behaviors as variance.

Key Words: Healthy lifestyle, health beliefs, sportive recreational activities

SB59

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZNEL İYİ OLUŞLARININ SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILIM DURUMU VE BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Meryem BALCI*, [1]Yakup HAVUZ, [2]Gaye ERKMEN HADİ**

[1]Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya,
[2]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,Rekreasyon Bölümü, KONYA

***Email :** meryembalci2@gmail.com, yakuphavuz53@hotmail.com, gerkmen9@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Son zamanlarda, serbest zaman etkinlilerinin öznel iyi oluşu geliştirdiğine dair görüş bilimsel destek kazanmış ve oldukça popüler hale gelmiştir. Bireylerin yaşamlarında geniş kapsamlı olarak iyi olma durumunu ifade eden iyi oluş halinin farklı değişkenlere göre değişip değişmediğini inceleyen araştırmaların günümüzde artış gösterdiği görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin serbest zaman etkinliklerine katılım durumu, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemi 465 kadın (yaş= 20.66 ±1.60) 404 erkek (yaş= 21.04 ±1.83) toplamda 869 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılar farklı serbest zaman etkinlik türlerine (sportif, doğa, sanatsal, dinlenme, gezi, oyun vb) katılım gösterdiklerini belirtmişlerdir. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Öznel İyi Oluş Ölçeği (Tuzgöl, 2005) kullanılmıştır. Elde edilen veriler için tanımlayıcı istatistiksel analizler uygulandıktan sonra katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılım durumu ve cinsiyet değişkenine göre öznel iyi oluş düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacıyla bağımsız gruplar t testi ve sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacıyla tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılma durumları açısından öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($t = 2.461$, $p<.05$). Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin katılmayan bireylere göre daha yüksek öznel iyi oluş puanına sahip olduğu görülmüştür. Katılımcıların öznel iyi oluş puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur ($t =.812$, $p>.05$). Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre öznel iyi oluş puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı ($F(3,865) = 12.202$, $p = .000$) görülmüştür.

Sonuç: Cinsiyet değişkenine göre öznel iyi oluş düzeylerinin anlamlı olarak farklılaşmadığı görülürken, öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre öznel iyi oluş puanlarının farklılaştığı görülmüştür. Serbest zaman etkinliklerine katılma durumuna göre bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin farklılaşabileceği görülmektedir. Serbest zaman etkinliklerinden elde edilen deneyimin öznel iyi oluş düzeyini arttırabileceği yaşam kalitesini bu anlamda arttırabilmek için iyi bir araç olabileceği söylenebilir.

Investigation Of University Students' Subjective Well-Being With Regard To Leisure Time Participation And Different Variables

Introduction and Purpose: Recently, the view that leisure activities improve subjective well-being has gained scientific support and has become quite popular. It is seen that there is an increase in studies examining whether

the well-being, which refers to the overall well-being of individuals in their lives, varies according to different variables. The purpose of the study was to examine the university students' subjective well-being levels with regard to leisure time participation, gender, and grade levels.

Method: The sample of the study consisted of 465 females (age = 20.66 ± 1.60) 404 males (age = 21.04 ± 1.83) totally 869 university students. Participants stated that they participate in different types of leisure time activities (sports, nature, artistic, relaxation, travel, games, etc.). Demographic information form created by the researchers and Subjective Well-being Scale (Tuzgöl, 2005) were used to data collection. After the descriptive statistical analysis was applied to the data obtained, in order to reveal whether subjective well-being levels of the participants differ according to their participation in leisure activities and gender variable, independent groups t-test and single-factor analysis of variance (ANOVA) were applied in order to reveal whether they differ according to grade level.

Results: It was found that there was a significant difference between participants subjective well-being scores in terms of participation in leisure time activities ($t = 2.461$, $p<.05$). It has been observed that individuals participating in leisure time activities have higher subjective well-being scores than individuals who do not. It was found that the subjective well-being scores of the participants did not differ significantly with regard to gender ($t =.812$, $p>.05$). It was observed that the subjective well-being scores of the participants differed significantly according to the grade level ($F(3,865) = 12.202$, $p = .000$).

Conclusion: While it was observed that subjective well-being levels did not differ significantly with regard to the gender variable, it was observed that subjective well-being scores differ with regard to the grade level. It was seen that individuals' subjective well-being levels may differ with regard to leisure time activity participation. It can be said that the experience gained from leisure time activities can increase the level of subjective well-being and can be a good tool to increase the quality of life in this sense.

Key Words: Leisure time, subjective well-being, university students.

SB120

SPOR SALONUNA YÖNELİK HİZMET KALİTESİNİN DEMOGRAFİK FARKLILAŞMA DURUMU

[1]Semra Bıdıl, [2]Gözde Yetim

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir
[2]Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muş

Email : *badminton26@gmail.com, gozdeey03@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Günümüzde spor işletmeleri yeni müşteri kazanmak ve var olan müşterilerine daha kaliteli hizmeti sunarak tatmin etme yarışı içerisindedirler. Bu doğrultuda, sunulan hizmetin kalitesi önem arz etmektedir. Bu çalışmada, Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Salonunun hizmet kalitesini ölçmek ve katılımcıların demografik özelliklerine göre farklılaşma durumunu incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmada hizmet kalitesinin belirlenmesine yönelik SERVQUAL ölçeği, spor salonlarına adapte edilerek kullanılmıştır. Araştırmada veriler anket yoluyla toplanmış olup, çalışma 302 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre, “personel”, “temizlik”, “eğitmenler”, “fiziksel olanaklar”, “güvenilirlik” ve “memnuniyet” faktörlerine ilişkin DFA değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. İlgili faktörlere yönelik korelasyon matrisi incelendiğinde en yüksek ilişkinin personel ve eğitmenler faktörlerinde olduğu görülmektedir.

Sonuç: Bunun yanında yapılan analiz sonucunda, hiçbir faktörde katılımcıların demografik özelliklerine göre bir farklılaşma olmadığı ($p>0,05$) ortaya çıkmıştır.

Demographic Differentiation Of Service Quality For The Sports Hall

Introduction and Aim: Today, sports businesses are in it by gaining new customers and offering better quality service. In this direction, the quality of the service offered is important. In this study, it was aimed to measure the service quality of Eskişehir Technical University Sports Hall and to examine the differentiation status according to the demographic characteristics of the participants.

Method: In the study, the SERVQUAL scale was used to determine the service quality by adapting it to sports halls. The data in the study were collected through a questionnaire and the study was conducted with 302 participants.

Findings: According to the findings, it is seen that the CFA values regarding the factors of "personnel", "cleaning", "trainers", "physical facilities", "reliability" and "satisfaction" are at acceptable levels. When the correlation matrix for the related factors is examined, it is seen that the highest relation is in the factors of staff and trainers.

Conclusion: In addition, as a result of the analysis, it was revealed that there was no differentiation ($p> 0.05$) in any factor according to the demographic characteristics of the participants.

PB147

GENÇ YETİŞKİNLERİN MUTLULUK DÜZEYLERİNİN SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILIM DURUMU VE CİNSİYET DEĞİŞKENİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

***[1]Derya CEYLAN KARADEMİR*, [1]Eda Nur AKSOY, [2]Gaye ERKMEN HADİ, [2]Ezgi ERTÜZÜN**

[1]Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, KONYA
[2]Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, KONYA

***Email :** derceylan@hotmail.com, edanuraksooy@icloud.com, gerkmen9@gmail.com, ezgiertuzun@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Pozitif psikoloji konularından biri olan mutluluk, hayatlarımızda olumlu duygularımın yoğunlukta yaşandığı oldukça önemli bir kavram olarak yer etmektedir. Serbest zaman etkinlik deneyimlerinin bireylerin hayatlarındaki mutluluk düzeyleri ile bir ilişki içerisinde olduğu ve mutluluk düzeylerinin arttırılmasında önemli bir role sahip olduğu bilinmektedir. Bu sebeple çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinin serbest zaman etkinliklerine katılım durumu ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemi 249 kadın (Ort yaş= 23.01 ±5.62) 295 erkek (Ort yaş= 23.50 ±5.87) toplamda 544 genç yetişkin bireyden oluşmaktadır. Katılımcıların 276'sı düzenli olarak serbest zaman etkinliklerine fiziksel ve psikolojik açıdan sağlıklı olmak ve sosyalleşmek amacıyla katıldıklarını ifade ederken 268 katılımcının ise etkinliklerine düzenli olarak katılmadıklarını ifade etmişlerdir. Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (Hills ve Argyle, 2002; Doğan ve Akıncı Çötok, 2011) kullanılmıştır. Elde edilen veriler için tanımlayıcı istatistiksel analizler uygulandıktan sonra katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılım durumu ve cinsiyet değişkenine göre mutluluk düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koyabilmek amacıyla bağımsız gruplar t testi analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların serbest zaman etkinliklerine katılma durumları açısından mutluluk puanları arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($t = 3.446$, $p<.05$). Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin katılmayan bireylere göre daha yüksek mutluluk puanına sahip olduğu görülmüştür. Katılımcıların mutluluk puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür ($t =-2.543$, $p<.05$). Erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek mutluluk puanına sahip olduğu görülmüştür.

Sonuç: Serbest zaman etkinliklerine katılma durumuna ve cinsiyet değişkenlerine göre bireylerin mutluluk düzeylerinin farklılaşabileceği görülmektedir. Serbest zaman etkinliklerine katılımın bireylerin olumlu duygu durumlarını yaşamasına olanak sağladığı ve böylelikle mutluluk düzeylerinin artabileceğini söylemek mümkündür. Artan mutluluk hissinin ise bireylerin yaşam doyumlarını arttırabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, serbest zaman, genç yetişkinler.

Investigation Of The Happiness Levels Of Young Adults With Regard To Leisure Participation And Gender Variable

Introduction and Purpose: Happiness, which is one of the subjects of positive psychology, is a very important concept in our lives, in which my positive emotions are experienced intensely. It is known that leisure time activity experiences are in a relationship with the happiness levels of individuals in their lives and have an important role in increasing their happiness levels. For this reason, the aim of the study was to examine the happiness levels of university students with regard to leisure time activities participation and gender variables.

Method: The sample of the study consists of 249 female (mean age= 23.01 ±5.62) 295 male (mean age= 23.50 ±5.87) 544 young adult individuals in total. While 276 participants stated that they regularly participate in leisure time activities in order to be physically and psychologically healthy and socialized, 268 participants stated that they do not attend the leisure time activites regularly. Personal information form and Oxford Happiness Scale Short Form (Hills & Argyle, 2002; Doğan & Akıncı Çötok, 2011) were used to collect data in the study. After applying descriptive statistical analyzes for the data obtained, independent groups t-test analysis was applied in order to reveal whether the happiness levels of the participants differed with regard to their participation in leisure activities and gender variable.

Results: It was found that there was a significant difference between the happiness scores of the participants in terms of their participation in leisure time activities ($t = 3.446$, $p < .05$). It has been observed that individuals participating in leisure time activities have higher happiness scores than individuals who do not. It was seen that participants'happiness scores significantly differed with regard to the gender variable ($t = -2.543$, $p < .05$). Male participants have higher happiness scores than female participants.

Conclusion: It is seen that individuals' levels of happiness may differ according to their participation in leisure time activities and gender variables. It is possible to say that participation in leisure time activities enables individuals to experience positive emotional states and thus their level of happiness may increase. It is thought that the increased sense of happiness can increase the life satisfaction of individuals.

Key Words: Happiness, leisure time, young adults.

SB183

SPOR ORGANİZASYONLARINDA GÖREV ALAN BİREYLERİN GÖNÜLLÜ ÇALIŞMA MOTİVASYONLARINA ETKİ EDEN ETMENLER

***[1]Tebessüm Ayyıldız Durhan*, [1]Tolgahan Geldi, [1]Suat Karaküçük**

[1]Gazi Üniversitesi, Ankara

Email : *tebessumayyildiz@gmail.com, tolgahangeldi@outlook.com , ksuatt@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı bir ciddi boş zaman katılımı olan spor organizasyonlarında görev alan bireylerin gönüllü çalışmaya motive edebilecek etmenleri belirlemek aynı zamanda bazı değişkenlerle ölçüm aracı arasındaki farkları ve ilişkiyi incelemektir. Araştırmaya Türkiye Otomobil Sporları Federasyonuna bağlı spor organizasyonlarında gönüllü olarak görev alan katılımcılar dahil olurken, veriler kişisel bilgi formu ve Sözeri, Karlı ve Koçak'ın (2008) geliştirdiği Gönüllü Çalışma Güdüleri Ölçeği ile elde edilmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bu çalışma için ölçüm aracına dair iç güvenirlik katsayısı .94 olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde spor organizasyonlarında gönüllü olarak faaliyetlere katılan bireylerin gönüllü çalışma motivasyonlarının yüksek olduğu, motivasyonlarına en fazla etki eden etmenin diğerlerine yardım olduğu, en düşük etmenin ise tecrübe kazanma olduğu saptanmıştır. Diğer yandan katılımcıların eğitim durumları, katıldıkları organizasyon kategorisi, süresi, verimli boş zaman geçirme durumları ile ölçüm aracı arasında anlamlı farklılıklar bulunmadığı belirlenmiştir. Bu bulgunun yanı sıra kadın katılımcıların gönüllü çalışma motivasyonlarının tüm alt boyutlarda erkeklerden yüksek olduğu ve günlük boş zaman süresi arttıkça kişisel gelişim düzeyinin arttığı araştırmada ortaya çıkan bir diğer bulgudur. Araştırma sonucunda spor organizasyonlarında yer alan bireylerin gönüllülük motivasyonunun belirli değişkenler ile farklılık gösterdiği ve diğerlerine yardım unsurunun gönüllülük motivasyonunu artıran önemli unsur olduğu söylenebilir.

The Factors Affecting The Voluntary Work Motivations Of Individuals Who Officiate In Sports Organizations

The aim of this study is to determine the factors that can motivate individuals who work in sports organizations with serious leisure time to volunteer, as well as to examine the differences and the relationship between some variables and the measurement tool. While the research involved as a volunteer in Turkey Automobile Sports Federation affiliated sports organizations have been involved participants, the data was obtained by personal information form and Motives of Volunteerism Scale which is developed by Sözeri, Karlı and Kocak (2008). Descriptive statistics, independent samples t test, one-way analysis of variance were used in the analysis of the data. For this study, the internal reliability coefficient of the measurement tool was determined as .94. When the findings were examined, it was found that the volunteer motivation of individuals who participated in activities voluntarily in sports organizations was high, the most affecting motivation was helping others, and the lowest was gaining experience. On the other hand, it was determined that there were no significant differences between the educational status of the participants, the category of the organization they participated in, duration, productive leisure time and the measurement tool. In addition to this finding, it is another finding that female participants' motivation to work voluntarily is higher than men in all sub-dimensions, and their personal development level increases as the daily leisure time increases. As a result of the research, it can be said that the volunteering motivation of individuals involved in sports organizations differs with certain variables and that the factor of helping others is an important factor that increases volunteering motivation.

SB184

THOM SPORCULARININ SERBEST ZAMANDA ALGILANAN ÖZGÜRLÜK VE BOŞ ZAMAN YÖNETİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Tebessüm Ayyıldız Durhan*, [1]Sinem Çöpoğlu, [1]Beyza Merve Akgül**

[1]Gazi Üniversitesi, Ankara

***Email :** tebessumayyildiz@gmail.com, sinem.cpgl@hotmail.com , beyzakgulgazi@gmail.com*

Bu çalışmanın amacı Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezindeki sporcuların mevcut koşullar çerçevesinde serbest zamanlarında (leisure) algıladıkları özgürlük düzeylerinin ve boş zaman yönetimlerinin incelenmesidir. Araştırmaya Ankara'da Eryaman Thom'da bulunan 187 sporcu dahil olurken, veriler kişisel bilgi formunun yanı sıra Witt ve Ellis'in 1985 yılında geliştirdiği ve Yerlisu Lapa ve Ağyar'ın 2011 yılında Türkçe'ye uyarladıkları 25 soru ve tek alt boyuttan oluşan serbest zamanda algılanan özgürlük ölçeği ve Wang ve arkadaşları (2011) tarafından geliştirilen, Akgül ve Karaküçük'ün (2015) Türkçe'ye uyarladığı 4 alt boyuttan ve 15 sorudan oluşan Boş zaman yönetimi ölçeği ile elde edilmiştir. Bu çalışmada SZAÖÖ için .97, BZYÖ için .87 olarak belirlenmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve korelasyon analizi kullanılmıştır. Katılımcıların SZAÖ (93.11 ± 20.43) ve BZY (52.49 ± 10.80) düzeylerinin yüksek olduğu, en yüksek alt boyut puanını amaç belirleme ve yöntem (20.66 ± 5.92) en düşük alt boyut puanı ise programlama (9.55 ± 3.46) alt boyutunda elde ettikleri görülmektedir. Elde edilen diğer bulgular incelendiğinde; cinsiyet, başarı durumu, günlük antrenman ve boş zaman süresi, merkezi kullanma biçimi ve branş ile SZAÖ ve BZY arasında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Aynı zamanda yapılan korelasyon analizi sonucunda SZAÖ düzeyi arttıkça buna paralel olarak boş zaman yönetiminin de artış gösterdiği belirlenmiştir.

Evaluation Of THOM Athletes' Perceived Leisure Freedom And Leisure Management

The aim of this study Turkey Olympic Preparation Center of the freedom of athletes perceive their leisure time at the current level and to investigate the circumstances in leisure management. While 187 athletes from Eryaman Thom in Ankara were included in the study, the data obtained by Perceived Leisure Freedom Scale which is developed by Witt and Ellis in (1985) and adapted to Turkish by Yerlisu Lapa and Ağyar in (2011), consisting 25 questions and a one sub-dimension, and the Leisure Management Scale, which is developed by Wang et al. (2011) and adapted to Turkish by Akgül and Karaküçük (2015), consisting of 4 sub-dimensions and 15 questions. In this study, it was determined as .97 for PLFS and .87 for LMS. Descriptive statistics, independent samples t test, one-way analysis of variance and correlation analysis were used in the analysis of the data. Participants' PLF (93.11 ± 20.43) and LM (52.49 ± 10.80) levels are high, the highest sub-dimension score is the goal setting and method (20.66 ± 5.92) and the lowest sub-dimension score programming (9.55 ± 3.46) sub-dimension. When the other findings obtained are examined; There are significant differences between PLF and LM with gender, achievement status, daily training and leisure time, way of using the center and branch. At the same time, as a result of the correlation analysis, it was determined that as the PLF level increased, leisure time management increased parallel to this.

SB191

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ERGEN BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIMINA ETKİ EDEN FAKTÖRLER

***[1]Rıfat Kerem Gürkan*, [2]Funda Koçak**

[1]Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** keremgurkan94@gmail.com, Funda.Kocak@ankara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Ankara'da bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde eğitim gören 10-19 yaş arası Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) olan çocukların ebeveynlerinin perspektifinden fiziksel aktiviteye (FA) katılımlarını etkileyen faktörlerin neler olduğunu sosyo-ekolojik model doğrultusunda kişisel, kişilerarası, çevresel, kurumsal ve kamu politikaları açısından incelemektir.

Yöntem: Araştırma, nitel araştırma modelinde ve yorumlayıcı paradigmada tasarlanmıştır. Araştırma, OSB'li çocukların ebeveynlerinin fiziksel aktiviteye katılım süreçlerinde yaşadıkları deneyimleri ve düşüncelerini belirlemeyi amaçladığından bir durum (vaka) çalışmasıdır. Araştırmanın teorik çerçevesini ise sosyo-ekolojik model oluşturmaktadır. Araştırmada çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Verilerin analizinde ise içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Ulaşılan sonuçların toplanan veriler ile tutarlılığının nitel araştırmalarda güvenirliği sağladığını belirtmiştir. Araştırmada inandırıcılık; iç geçerlik, dış geçerlik ve araştırmanın güvenirliği ile sağlanmıştır. Yapılan güvenirlik analizi sonucu güvenirlik %93 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda sosyo-ekolojik model doğrultusunda OSB'li ergen bireylerin FA katılımlarında etkili olan engeller ve kolaylaştırıcı faktörler belirlenmiştir. Kişisel engeller "yetersiz gelişim", "negatif tutum" ve "yoğunluk" iken, kişisel kolaylaştırıcılar ise "deneyimler", "sağlık", "gelişim" ve "pozitif tutum" olarak görülmektedir. Kişilerarası engeller "önyargılar" ve "ailenin tutumu", kolaylaştırıcılar ise "ailenin tutumu" ve "yakın çevrenin tutumu olarak ortaya çıkmıştır. Çevresel faktörler açısından incelendiğinde karşılaşılan engeller "uyarlanmış fiziksel aktivite (UFA) fırsatları", "FA tesislerinin beklentiyi karşılayamaması", "güvenlik ve imkânlar" ve "iklim koşulları", kolaylaştırıcılar ise "Oturulan semt ve imkânlar" ve "UFA fırsatları" olarak görülmektedir. Kurumsal engeller "kurumların olumsuz FA yaklaşımları" iken, kolaylaştırıcı ise "kurumların olumlu FA yaklaşımları" olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Modelin son basamağı olan kamu politikaları açısından engel "mevcut politikaların beklentiyi karşılayamaması", kolaylaştırıcı ise "politikalarda gerçekleşen iyileşmeler" olarak ortaya çıkmıştır.

Sonuç: Araştırmada sonuç olarak OSB'li ergen bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarının gerçekleşmesinde pek çok engelle karşılaştıkları, engellerin kolaylaştırıcılardan daha fazla olduğu ve engelleri aşmalarında yeterli seviyede kolaylaştırıcı etmene sahip olmamalarına rağmen bir şekilde fiziksel aktiviteye katıldıkları anlaşılmaktadır.

Factors Affecting The Participation Of Adolescent Individuals With Autism Spectrum Disorder In Physical Activity

Introduction and Aim: The aim of this study is to determine the factors that affect the participation in physical activity of adolescents with 10-19 years of age who are educated in special education and rehabilitation centers in Ankara, from the perspective of parents who has children with Autism Spectrum Disorders (ASD); intrapersonal, interpersonal, community, institutional and public policies is examined by the socio-ecological model.

Method: The research is designed in a qualitative research method and interpretive paradigm. The research is a case study, as it aims to determine the experiences and thoughts of parents of adolescents with ASD in their participation in physical activity (PA). The theoretical framework of the research is the socio-ecological model. In the study, the study group was selected with the criterion sampling method. Content analysis method was used in the analysis of the data. The stated consistency of the results obtained with the data collected provided reliability in qualitative research. The credibility of the research was provided by internal validity, external validity and reliability of the research. As a result of the reliability analysis, the reliability was found %93.

Findings: In line with the socio-ecological model, as a result of the analyzes, the constraints and facilitators that were effective in the participation of adolescent individuals with ASD in PA were determined. Intrapersonal constraints are seen as "inadequate development", "negative attitude" and "being busy", as an intrapersonal facilitators are seen as "experiences", "health", "development" and "positive attitude". Interpersonal constraints emerged as “prejudices” and “family attitude”, as a facilitators “family attitude” and “attitude of the immediate environment”. When analyzed in terms of environmental factors, the constraints encountered are seen as "Adapted physical activity (APA) opportunities", "failure of PA facilities", "security and opportunities" and "climatic conditions", facilitators as "neighborhood and opportunities" and "APA opportunities". While institutional constraints are “negative PA approaches of institutions”, it is concluded that facilitators are “positive PA approaches of institutions”. The constraints in terms of public policies, which is the last step of the model, has emerged as “the failure of existing policies to meet expectations” and the facilitator as “improvements in policies”.

Results: As a result, it is understood that adolescents with ASD encounter many constraints in their participation in PA, they have more constraints than facilitators and they participate in PA in some way, even though they do not have sufficient facilitating factors in overcoming them.

SB200

ORYANTİRİNG SPORU YAPAN GENÇLERİN SERBEST ZAMAN MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

[2]Burak Gürer, [1]Ahmet Duman

[1]Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep

Email : *burakgurer27@gmail.com, ahmet.duman91@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Oryantiring sporu son yıllarda hızla gelişine bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu gelişim ile beraber oryantiring sporuna olan ilgi ciddi bir artış göstermeye başlamıştır. Bu araştırmanın amacı, 15 yaşında oryantiring sporu yapan gençlerin serbest zaman motivasyonlarını incelemektir.

Yöntem: Bu kapsamda araştırmamıza 188 (113 kadın, 75 erkek) oryantiring sporcusu katılmıştır. Veriler 2019 yılında Gaziantep ilinde yapılan Türkiye Oryantiring Federasyonu oryantiring gelişim kampında toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Pelletier ve ark.,(1991) tarafından geliştirilen, ilk kez Mutlu (2008) tarafından daha sonra Güngörmüş (2012) tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe' ye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Verilerin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı .80 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Sporcuların % 72,9'u 1-3 yıllık deneyime sahiptir. Cinsiyet, lisans ve başka doğa sporu yapıyor olma değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Deneyim alt boyutunda ise motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyaran yaşama ve özdeşim/içe atım alt boyutlarında anlamlı farklar bulunmuştur.

Sonuç: bir serbest zaman etkinliği olarak oryantiring de, deneyimi fazla olanların serbest zaman motivasyonları daha yüksektir. Bu durum oryantiring sporuna katılımı etkileyebilmektedir. Deneyimi daha az olan sporcuların ise motivasyonsuzluk yaşadığı görülmüştür. Oryantiring sporcularını teşvik edici çalışmaların desteklenmesi ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Oryantiring, doğa sporu, motivasyon, serbest zaman

INVESTIGATION OF LEISURE TIME MOTIVATIONS OF YOUNG PEOPLE ENGAGED IN ORIENTEERING

Objective: Orienteering sport has emerged as a sport with its rapid development in recent years. With this development, interest in orienteering has started to increase significantly. The aim of study is to examine the leisure time motivations of 15-year-old youth engaged in orienteering.

Method: In this context, 188 (113 women, 75 men) orienteering athletes participated in our study. Data held in Gaziantep, Turkey Orienteering Federation in 2019 were collected in orienteering development camp. In the collection of data, "Leisure Time Motivation Scale" developed by Pelletier et al. (1991), first adapted to Turkish by Mutlu (2008) and later by Güngörmiş (2012), was used. SPSS 22.0 statistics program was used in the analysis of

the data. It was seen that the data showed normal distribution. Cronbach alpha reliability coefficient of the data was found as .80.

Results: 72.9% of the athletes have 1-3 years of experience. No significant difference was found according to the variable of gender, undergraduate and considering other nature sports. In the experience sub-dimension, there are significant differences in the sub-dimensions of lack of motivation, knowing and achieving, stimulating life, and identification / introjection.

Conclusion: In orienteering as a leisure activity, those with more experience have higher leisure time motivation. This situation may affect participation in orienteering sport. It has been observed that athletes with less experience experience lack of motivation. It is recommended to support and disseminate activities that encourage orienteering athletes.

Keywords: Orienteering, outdoor sports, motivation, leisure time

SB213

REKREATİF FAALİYETLERDE HİZMET KALİTESİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ: SICAK HAVA BALONU ÖRNEĞİ

[1]Sevim KÜL AVAN, [2]Suat KARAKÜÇÜK

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Turizm Fakütesi, NEVŞEHİR
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Email : *sevim.kul06@gmail.com, ksuatt@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Rekreasyon hizmeti alan tüketicilerin beklentilerini karşılayabilme açısından rekreasyon hizmet kalitesi algılamalarını belirlemek önemlidir. Bu çalışmanın amacı bireylerin rekreasyonel etkinlikten duydukları hizmet kalitesi düzeyleri ile demografik özellikleri arasında ilişki olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini Kapadokya Bölgesi'ne gelip sıcak hava balonu turuna katılan yerli ve yabancı 161 turist oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcıların demografik özelliklerine yönelik sorular ile Mackay ve Crompton (1990) tarafından geliştirilen ''Rekreasyonel Hizmet Kalitesi'' ölçeği kullanılmıştır. Ölçek formu; Türkçe ve İngilizce dilinde hazırlanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25 programı kullanılmıştır. Analiz aşamasında demografik özelliklerin frekans ve yüzde dağılımları yapılmıştır. Cinsiyet, milliyet, medeni durumun rekreasyon hizmet kalitesi ve alt boyutları üzerinde anlamını belirlemek için bağımsız T testi, yaş ile boyutlar arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise Anova Testi yapılmıştır.

Bulgular: Çalışma bulgularında rekreasyon hizmet kalitesi alt boyutlarından güvence boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık ortaya çıkmazken, fiziksel özellik, güvenilirlik, heveslilik, empati alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmıştır. Katılımcıların medeni durumu ile ölçeğin güvenilirlik, empati, heveslilik alt boyutları arasında istatistiksel olarak bir farklılık bulunmuşken, fiziksel özellik ve güvence boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Katılımcıların yaşları ile güvence boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanılmazken, diğer boyutlarda yaşa göre farklılık görülmüştür.

Sonuç: Çalışma sonucunda yerli ve yabancı turistlerin rekreasyon hizmet kalitesi karşılaştırması sonucuna göre bütün alt boyutların ortalamaları yabancı turistlerde daha yüksek bulunmuştur. Rekreasyon hizmet kalitesinin ölçülmesine yönelik yapılan bu çalışmanın düzenlenen rekreatif faaliyetlerin daha nitelikli olması ve rekreasyon işletmeleri yöneticilerine fayda sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Rekreatif faaliyet, hizmet kalitesi, sıcak hava balonu

INVESTIGATION OF SERVICE QUALITY IN RECREATIONAL ACTIVITIES ACCORDING TO DIFFERENT VARIABLES: A HOT AIR BALLOON EXAMPLE

Introduction and Purpose: It is important to determine the perceptions of recreation service quality in order to meet the expectations of consumers who receive recreation services. The aim of this study is to determine whether there is a relationship between the service quality levels of individuals from the recreational activity and their demographic characteristics.

Method: The sample of the research consists of 161 local and foreign tourists coming to the Cappadocia Region and participating in the hot air balloon tour. The "Recreational Service Quality" scale developed by Mackay and Crompton (1990) was used in the study with questions about the demographic characteristics of the participants. The scale form has been prepared in Turkish and English. SPSS 25 program is used in the analysis of the data. In the analysis phase, the frequency and percentage distributions of demographic features were made. Independent T test was used to determine the meaning of gender, nationality, marital status on recreation service quality and sub- dimensions, and the Anova Test was used to determine the relationship between age and dimensions.

Findings: As a findings of the study; while there was no significant difference in the assurance dimension of the recreation service quality sub-dimensions, a statistically significant difference was found in the sub-dimensions of physical characteristics, reliability, enthusiasm and empathy. While a statistically significant difference was found between the marital status of the participants and the reliability, empathy and enthusiasm sub-dimensions of the scale, no significant difference was found in the physical characteristics and assurance dimensions. While no significant difference was found in the age of the participants and the assurance dimension, there was a difference in other dimensions by age.

Conclusion: According to the comparison of recreation service quality of domestic and foreign tourists, the averages of all sub-dimensions were found to be higher for foreign tourists. It is thought that this study, which was conducted to measure the quality of recreation service, is important in terms of being more qualified for recreational activities and benefiting the managers of recreation enterprises.

Keywords: Recreational activity, service quality, hot air baloon

SB221

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILIM ENGELLERİ VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ: TRAKYA ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

***[1]Uğur Sivrikaya*, [2]Ajlan Saç**

[1]Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, EDİRNE
[2]Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, EDİRNE

***Email :** ugursivrikaya@trakya.edu.tr, ajlansac@trakya.edu.tr*

Giriş ve amaç: Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile rekreasyon faaliyetlerine katılımı etkileyen durumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi, engel olan faktörlerin belirlenerek ortaya çıkartılması ve yaş, cinsiyet, ekonomik nedenler, akademik birim gibi faktör düzeylerinin etkilerinin irdelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim yılında Trakya Üniversitesinin çeşitli fakülte, yüksekokul ve meslek yüksekokulu öğrencisi; örneklem grubunu ise kolayda örnekleme seçim yöntemiyle seçilen 544 öğrenci oluşturmaktadır. Veri, Rekratif Faaliyetlere Katılım Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışı-II Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların büyük bir kısmı 21-25 yaş grubu (%67,65), vücut kütle indeksi bakımından normal kilolu (18,5-24.9 kg*m-2) öğrencilerden (%73.35) ve bölüm türü değişkeni açısında dört yıllık lisans eğitimi alan öğrencilerden (%69,7) oluşmaktadır. Beslenme değişkeninin en düşük ortalama puana sahip olduğu (47,8 ± 10,8), fizyolojik özellikler değişkeninin ise en yüksek ortalama puana sahip olduğu (87,7 ± 11,3) görülmüştür. En yüksek standart sapmaya sahip "ekonomik durum" değişkeninin (SS = 16,2) akademik birim bakımından gruplar arası anlamlı fark yarattığı ($p<0,05$) bulunmuş; bu ek olarak yaş ve cinsiyetin akademik birim değişkeniyle birlikte öğrencilerin fizyolojik özellikleri, sağlık sorumlulukları, fiziksek aktivite, beslenme ve stres yönetimi alt boyutları üzerinde anlamlı farka neden olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Yaş grubu, cinsiyet ve fakülte/yüksekokul/meslek yüksekokulu değişkenlerinin öğrencilerin sosyo-demografik ve ekonomik özelliklerini etkili bir şekilde yansıttığı ve üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi ve rekreasyon engelleri üzerinde önemli katkısının olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetine katılım sağlamasının beden ve ruh sağlığı açısından önemli olduğu kadar rekreatif faaliyetlere katılım olanaklarının geliştirilmesi adına müfredat düzenlemeleri, aktivite programları ile spor yapma imkanlarının yaygınlaştırılması ve araştırmada gözlenen başta ekonomik olmak üzere engellerin kaldırılmasına yönelik politikaların belirlenmesinin de oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS' PARTICIPATION BARRIERS TO RECREATIONAL ACTIVITIES AND HEALTHY LIFE STYLE BEHAVIORS: A TRAKYA UNIVERSITY SAMPLE

Introduction and aim:The aim of this study is to examine the relationships between the healthy lifestyle behaviors of university students and situations that affect the participation in recreational activities, to identify and reveal the obstacles and to examine the effects of factor levels such as age, sex, economic reasons, and academic unit.

Method:The study population included the students of various faculties, schools and vocational schools of Trakya University in the 2018-2019 academic year; the sample group consists of 544 students selected by convenience sampling selection method. The data is collected using the Recreative Activities Participation Scale and the Healthy Lifestyle Behavior-II Scale.

Results:Most of the participants are from the 21-25 age group (67.65%), normal weight (BMI:18.5-24.9kg*m-2, 73.35%), and four-year undergraduate education in terms of department type (69.7%). It is observed that the nutritional variable has the lowest score (47.8±10.8), while the physiological characteristics variable has the highest score (87.7±11.3). It is determined that the "economic status" variable with the highest standard deviation (SD=16.2) makes a significant difference between groups in terms of academic units ($p<0.05$); additionally, age and sex, together with the academic unit variable, are found out to cause a significant difference on physiological characteristics, health responsibilities, physical activity, nutrition and stress management ($p<0.05$).

Conclusion:It has been observed that age group, sex and faculty/college/vocational school variables effectively reflect the socio-demographic and economic characteristics of students and have a significant contribution to the healthy lifestyle and recreational barriers of university students. It is thought that the participation of students in recreational activities is important in terms of physical and mental health, as well as curriculum arrangements, activity programs and sports activities in order to improve the opportunities for participation in activities, and determination of policies for removing the obstacles observed in the research, especially the economic ones.

SB228

SOSYAL İZOLASYON SÜRECİNDE BİREYLERİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE BİLGİSAYAR OYUNLARI MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

***[1]Mahmut Reha KARABULUT*, [2]Melike ESENTAŞ, [3]Mustafa Enes IŞIKGÖZ, [2]Pınar GÜZEL**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Ana Bilim Dalı
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** rehakarabulut@outlook.com, melike.esentas@windowslive.com, pdgenes@gmail.com, pnrguzel@yahoo.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Bilgisayar oyunları olarak bilinen dijital platform oyunları bir serbest zaman etkinliği olarak günümüze yansımıştır ve bu oyunlar kuşkusuz artık serbest zaman etkinliklerinin büyük bir parçasıdır. Bireyler sosyal izolasyon süreciyle birlikte normal hayatlarına istinaden rekreasyon tercihlerini evde ulaşım sağlayabilecekleri etkinliklerle değiştirmek zorunda kalmışlardır. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı sosyal izolasyon sürecinde bireylerin kişilik özellikleri ile bilgisayar oyunları motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM: Bu çalışma betimsel nitelikte ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Araştırma grubunu Covid-19 nedeniyle sosyal izolasyon sürecinde bulunan ve basit rasgele ve kolayda örnekleme metodu ile araştırmaya katılım gösteren 310 birey oluşturmaktadır. Araştırma verileri; Gosling ve ark. (2003) tarafından geliştirilen, Atak (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan bireylerin kişisel özelliklerini belirlemeye yönelik "On-Maddeli Kişilik Ölçeği (OMKÖ)" ile Munusturlar ve Munusturlar (2018) tarafından geliştirilen bireyleri bilgisayar oyunlarına iten faktörleri içeren "Bilgisayar Oyunları Motivasyon Ölçeği (BOMÖ)" ile toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik (frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık) tekniklerinin yanı sıra, korelasyon analizi, t-testi, örneklem sayısının eşit olmaması nedeniyle ANOVA'da Brown-Forsythe ve Welch istatistiklerinden ve Post-Hoc test olarak Tukey testinden yararlanılmıştır.

BULGULAR: Bu süreçte bilgisayar oyunları motivasyonunun en çok eğlence faktörü, en az ise sosyalleşme faktörünün sağlandığı görülmüştür. Bireylerin kişilik özellikleri ile bilgisayar oyunları motivasyonu arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır ve cinsiyet değişkenine göre bilgisayar oyunları motivasyonunun erkekler lehine iken eğitim durumu değişkenine göre ise bilgisayar oyunları motivasyonlarının lise öğrenci grubu lehine anlamlı olarak değiştiği görülmüştür.

SONUÇ: Sonuç olarak, Bireylerin sosyal izolasyon süreci ile birlikte haftalık bilgisayar oyunlarına ayırdıkları sürenin yaklaşık sekiz kat arttığı görülmüştür ve sosyal izolasyon sürecinde katılımcıların en çok yumuşak başlılık, en az ise deneyime açıklık boyutu ile kişilik özelliklerini sergiledikleri saptanmıştır.

EXAMINATION OF THE RELATION BETWEEN THE PERSONAL TRAITS OF INDIVIDUALS AND THE MOTIVATION OF COMPUTER GAMES IN THE SOCIAL ISOLATION PROCESS

INTRODUCTION AND AIM: Digital platform games, known as computer games, have been reflected in the present as a leisure activity and these games are undoubtedly a big part of leisure time activities. With the social isolation process, individuals had to change their recreation preferences with activities that they can provide at home, based on their normal lives. In this regard, this study aims to examine the relationship between personality traits of individuals and their motivation for computer games in the process of social isolation.

METHOD: This study was designed in a descriptive correlational survey model. The research group consists of 310 individuals who are in the social isolation process due to Covid-19 and participated in the study with a simple random and convenience sampling method. Research data were collected with "Ten-Item Personality Scale (TIPS) which remarks the traits of individuals, developed by Gosling et al. (2003) and adapted to Turkish by Atak (2013)" and the "Computer Games Motivation Scale" (CGMS) developed by Munusturlar and Munusturlar (2018), which includes factors that push individuals to computer games. In the analysis of the data, besides descriptive statistics techniques (frequency, percentage, mean, standard deviation, skewness, and kurtosis), correlation analysis, t-test, Brown-Forsythe and Welch statistics -since the number of the sample of the study is not equal- in ANOVA and Tukey test as Post-Hoc test were used.

RESULTS: In this process, it was observed that the motivation of computer games was mostly the entertainment factor and the least socialization factor. A weak positive correlation was found between the individual's personality traits and the motivation of computer games, and according to the gender variable, computer games motivation was in favor of men, while according to the educational level, computer games motivation changed significantly in favor of the high school student group.

CONCLUSION: As a result, it was observed that the weekly time spent by individuals computer games increased approximately eight times with the social isolation process, and it was found that the participants displayed "Agreeableness" most and “Openness to Experiences" merest in the social isolation process.

SB231

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN YÖNETİMLERİ İLE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[2]Alpaslan Baki ERTEKİN, [1]Anıl SİYAHTAŞ

[1]Türkiye Futbol Federasyonu, İSTANBUL
[2]Erciyes Anadolu Holding, KAYSERİ

Email : *aabertekin@gmail.com, anil.siyahtas@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin farklı değişkenlerine göre serbest zaman yönetim düzeyleri ve yaşam doyum düzeylerini incelemek ayrıca bu iki olgu arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini; İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan, tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş 156 erkek (% 67,8) ve 74 kadın (% 32,2) olmak üzere toplam 230 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada; kişisel bilgi formunun yanı sıra Wang ve ark. (2011) tarafından geliştirilen Türkçe'ye uyarlaması Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından yapılan "Boş Zaman Yönetimi Ölçeği (BZYÖ)" ile Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen Türkçe'ye uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılan "Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ)" kullanılmıştır. Araştırma verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış ve verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra verilerin analizinde; T-Testi, ANOVA ve MANOVA testleri uygulanmıştır. "BZYÖ ile YDÖ" arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere ise Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır.

Bulgular: MANOVA Test sonuçlarına göre; katılımcıların "cinsiyet", "sınıf" ve "haftalık serbest zaman süre" değişkenlerine göre BZYÖ alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). T-Testi sonucunda; katılımcıların cinsiyetlerine göre YDÖ puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken ($p>0.05$); ANOVA test sonuçlarına göre "sınıf" ve "refah düzeyi" değişkenlerine göre YDÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Pearson Korelasyon Testi sonuçlarına göre ise BZYÖ ile YDÖ puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0.01$).

Sonuç: Sonuç olarak; üniversite öğrencilerinin çeşitli değişkenlerine göre serbest zaman yönetim düzeyleri ile yaşam doyum düzeylerinin değiştiği ve serbest zaman yönetimi ile yaşam doyumunun bir ilişkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencisi, Serbest Zaman Yönetimi, Yaşam Doyumu

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN LEISURE MANAGEMENT AND LIFE SATISFACTION OF STUDENTS UNIVERSITY

Introdutcion and Aim: The aim of this study is to examine the levels of leisure management and levels of life satisfaction of university students according to different variables and to determine the relationship between these two concept.

Method: The sample of the research; It consisted of a total of 230 students who studying at Istanbul University-Cerrahpaşa Faculty of Sport Sciences, 156 male and 74 females, selected by random sampling method, In the

research; Besides to the personal information form, The study instruments were the “Free Time Management Scale (FTMS),” which was developed by Wang et al. (2011) and adapted into Turkish by Akgül and Karaküçük (2015), and the “Life Satisfaction Scale (LSS)” which was developed by Diener et al. (1985) and adapted to Turkish by Dağlı and Baysal (2016). Kolmogorov-Smirnov test was used to determine whether research data showed normal distribution and after it was understood that data were suitable for the parametric test conditions; T-Test, ANOVA and MANOVA were used. Pearson Correlation Test was used to determine the relationship between "FTMS and LSS".

Findings: According to MANOVA results; significant differences were determined between the sub-dimensions of FTMS according to the variables of "gender", "class" and "weekly leisure" of the participants ($p<0.05$). As a result of the T-Test; While there was no significant difference between the LSS scores of the participants according to their gender ($p>0.05$); according to ANOVA results, a significant difference was found between LSS according to "class" and "welfare level" variables ($p<0.05$). According to the Pearson Correlation Test results, no significant correlation was found between FTMS and LSS scores ($p> 0.01$).

Result: Consuquently; it was concluded that leisure management and life satisfaction changes according to various variables of university students and there is no relationship between leisure management and life satisfaction.

Keywords: Student of University, Leisure Management, Life Satisfaction

SB233

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMANDA ALGILADIKLARI ÖZGÜRLÜK DÜZEYLERİ İLE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Anıl SİYAHTAŞ, [2]Alpaslan Baki ERTEKİN

[1]Türkiye Futbol Federasyonu, İSTANBUL
[2]Erciyes Anadolu Holding, KAYSERİ

Email : *anil.siyahtas@hotmail.com, aabertekin@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Araştırmanın amacı üniversitede öğrenim gören bireylerin farklı değişkenlerine göre serbest zamanda algıladıkları özgürlük düzeyleri ile mutluluk düzeylerini belirlemek ayrıca serbest zamanda algılanan özgürlük ile mutluluk kavramları arasındaki ilişkiyi tespit etmektir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 262 (% 62,4) erkek, 158 (% 37,6) kadın olmak üzere toplam 420 öğrenci gönüllü olarak katılım göstermiştir. Çalışmada kişisel bilgi formunun yanısıra Witt ve Ellis (1985) tarafından geliştirilen Yerlisu Lapa ve Ağyar (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan, Yerlisu Lapa ve Kaas (2019) tarafından da üniversite öğrencileri için yapı geçerliliğinin sınaması yapılan "Serbest Zamanda Algılanan Özgürlük Ölçeği (SZAÖÖ)" ile Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen Doğan ve Akıncı Çötok (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÜ-K)" kullanılmıştır. Araştırma verilerinin, Kolomorov-Smirnov testi sonucunda normal dağılım göstermediğinin anlaşılmasından sonra iki değişkenli veriler için Mann Whitney U testi, ikiden fazla değişkenler için için ise Kruskall Wallis testi uygulanmıştır. OMÜ-K ile SZAÖÖ arasındaki ilişkiyi tespit etmek için ise Spearman Korelasyon testi uygulanmıştır.

Bulgular: Katılımcıların "sportif etkinlikler", "sosyal etkinlikler", "kültürel etkinlikler", "haftalık serbest zaman süre" ve "refah düzeyi" değişkenlerine göre OMÖ-K puanları arasında; "sınıf", "sosyal etkinlikler", "kültürel etkinlikler" ve "refah düzeyi" değişkenlerine göre de SZAÖÖ puanları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ayrıca OMÖ-K ile SZAÖÖ puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0.01$).

Sonuç: Sonuç olarak; üniversitede öğrenim gören bireylerin farklı değişkenlerine göre serbest zamanda algıladıkları özgürlük düzeyleri ve mutluluk düzeylerinin değiştiği ayrıca bireylerin serbest zamanda algıladıkları özgürlük düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, Algılanan Özgürlük, Mutluluk

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVELS OF PERCEIVED FREEDOM IN LESURE AND THE LEVELS OF HAPPINESS OF UNIVERSITY STUDENTS

Introductin and aim: The aim of the study is to determine the levels of perceived freedom in leisure and levels of happiness according to different variables students of university and to determine the relationship between perceived freedom in leisure and the concepts of happiness.

Method: 420 university students in total, 262 male and 158 female who were selected by purposeful sampling at Istanbul University- Cerrahpaşa Faculty of Sports Sciences, voluntarily participated. Besides to the personal information form, the “Perceived Freedom in Lesiure Scale (PFLS)” was developed by Witt and Ellis (1985) and adapted into Turkish by Yerlisu Lapa and Ağyar (2011), to tested for structure validity for university student by Yerlisu Lapa and Kaas (2019); and “The Oxford Happiness Questionnaire Short Form (OHQ-SF)” was developed by Hills Argyle (2002) and adapted to Turkish by Doğan and Akıncı Çötok (2011) were used. After it was understood that the data didn’t show a normal distribution result of the Kolomorov-Smirnov test, the Mann Whitney U test was used for data with two variables, and the Kruskall Wallis test for more than two variables. Spearman Corelation test was used to determine the relationship between PFLS and OHQ-SF.

Findings Significant differences were determined between the OHQ-SF scores according to the variables of "sports, social, cultural activities", "weekly leisure" and "welfare level" of the participants and were determined between PFLS scores according to the variables of "class", "social, cultural activities" and "welfare level" of the participants ($p<0.05$). A low level of positive correlation was found between OHQ-SF and PFLS scores.

Results: Consequently; It was concluded that the levels of happiness and perceived freedom in leisure changed according to the different variables of the individuals studying at the university, and also the happiness of the individuals increased as the perceived freedom in leisure increased.

Keywords: Student of University, Perceived Freedom, Happiness

SB244

SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILAN BİREYLERİN ÖZGÜNLÜK, BENLİK SAYGISI VE CİDDİ BOŞ ZAMAN PERSPEKTİFLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Mehmet DENKTAŞ*, *[2]Gaye ERKMEN HADİ

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KONYA

***Email :** mehmet.4742@hotmail.com, , gerkmen9@gmail.com*

Çalışmanın örneklemi, Konya Büyükşehir Belediyesine bağlı, serbest zaman etkinliği olarak KOMEK, Halk Eğitim Merkezi ve Gençlik Merkezi kurslarına katılan 197 kadın, 98 erkek toplam 295 üyeden oluşmaktadır. Verilerin elde edilmesinde araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi Formu kullanılırken, Kernis ve Goldman (2006) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması Aydoğan ve ark. (2011) tarafından yapılan özgünlük ölçeği, Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması Doğan (2011) tarafından yapılan İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği ve Gould ve ark. (2008) tarafından geliştirlen, Akyıldız (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan ciddi boş zaman envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik ve anlam çıkarıcı istatistik yöntemleri kullanılmıştır. Katılımcıların özgünlük, benlik saygısı ve ciddi boş zaman perspektifi ortalamalarının demografik değişkenlere göre farklarını göstermek amacıyla bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Ayrıca katılımcıların özgünlük, benlik saygısı ve ciddi boş zaman perspektifi puanları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi yapılmıştır. Analizlerin tümü IBM SPSS Statistic 22.0 programında yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların özgünlük, benlik saygısı ve ciddi boş zaman puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>.05$). Katılımcıların özgünlük, benlik saygısı ve ciddi boş zaman puan ortalamalarının etkinliğe katılım sebeplerine göre (psikolojik açıdan sağlıklı olmak, sosyalleşmek, kişisel gelişim) birbirlerinden farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Katılımcıların ciddi boş zaman puan ortalamalarının katıldıkları etkinlik türlerine göre anlamlı olarak farklılaştığı ($p<.05$), özellikle müzik ve gösteri sanatları etkinliklerine katılan bireyler ile kişisel gelişim ve eğitim etkinliklerine katılan bireylerin ciddi boş zaman puan ortalamalarının anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Katılımcıların özgünlük, benlik saygısı ve ciddi boş zaman puan ortalamaları arasındaki ilişki incelendiğinde ise katılımcıların özgünlük puanları ve benlik saygıları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ($r=.484$, $p=.000$). Ciddi boş zaman puanları ve özgünlükleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken ($r=-.005$, $p=.937$), benlik saygısı ve ciddi boş zaman puanları arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Investigation Of The Relationship Between Individuals Authenticity Self Esteem And Serious Leisure Perspectives Of Which Individuals Participating In Leisure Activities

The sample of the study consisted of 295 leisure time participants, 197 females and 98 males, who attend KOMEK Public Education Center and Youth Center courses as a leisure time activity affiliated to Konya Metropolitan Municipality. While the demographic information form created by the researcher was used in obtaining the data in this study, Authenticity Scale which was developed by Kernis and Goldman (2006) and adapted to Turkish by Aydoğan et al. (2011) was used to measure authenticity, Two Dimensional Self-Esteem Scale which was developed by Tafarodi and Swan (2001) and adapted to Turkish by Doğan (2011) was used to

measure self-esteem, and Serious Leisure Inventory which was developed by Gould et al. (2008) and adapted to Turkish by Akyıldız (2003) was used to measure serious leisure perspectives. Descriptive statistics and inferential statistics methods were used to analyze the data of the study. Independent groups t test an one way analysis of variance (ANOVA) were conducted to find out the differences of the participants' authenticity, self-esteem and serious leisure scores with regards to demographic variables. In adddition, Pearson's Moments Multiplicatin Correlation Coefficents was calculated to examine the relarionships among authenticiy, self-esteem and serious leisure perspective scores. All analyzes were conducted by using the IBM SPSS Statistic package program. As a results of the analyzes, it was found that the authenticty, self-esteem and serious leisure scores of the participants did not significantly differ with regard to gender ($p > .05$). It is seen that the participants' authenticity, self-esteem and serious leisure scores did not differ significantly each other with regard to their reasons for participation in the leisure activity (for being psychologically healthy, socializing and personal development) ($p > .05$). It was observed that the participants' serious leisure time scores significantly differed with regard to leisure time activity types which they engaging in ($p < .05$). When the relationships among authenticity, self-esteem and serious leisure scores of the participants were examined, it was seen that there was a positive and moderately significant relationship between participants' authenticity and self-esteem scores ($r=.484$, $p=.000$). While there was not significant relationship between serious leisure and authenticity scores ($r=-.005$, $p=.937$), there was a positive and low level significant relationship between self-esteem and serious leisure scores ($r=.214$, $p=.000$).

SB256

SERBEST ZAMAN YÖNETİMİ İLE SERBEST ZAMANDA SIKILMA ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]Emrah Serdar, [2]Duygu Harmandar Demirel, [3]Mehmet Demirel

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul
[2]Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Konya
[3]Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Konya

Email : *serdar-emrah@hotmail.com, duyguharmandar@gmail.com, mehmetdemirel78@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman yönetimleri ile serbest zamanda sıkılma algıları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu, olasılık dışı örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme tekniği ile İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 256 kişiden seçilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", katılımcıların serbest zaman yönetimlerini belirlemek amacıyla Wang ve ark., (2011) tarafından geliştirilen, Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak, geçerlilik ve güvenirliliği yapılan "Boş Zaman Yönetimi Ölçeği" ile bireylerin serbest zamanda sıkılma algılarını ölçmek için Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen, Kara ve ark., (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise, betimsel istatistikler, tek faktörlü MANOVA ve Pearson Korelasyon analizleri kullanılmıştır.

Bulgular: MANOVA sonuçları; bireylerin cinsiyetlerinin ve haftalık serbest zaman sürelerinin serbest zaman yönetimleri üzerindeki temel etkisinin anlamlı olmadığı ve alt boyutlar düzeyinde de farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bireylerin bölümlerinin serbest zaman yönetimleri üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı ancak alt boyutlar düzeyinde ise sadece "Programlama" boyutunda farklılık olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların refah durumlarının ise, serbest zaman yönetimleri üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu, bu anlamlılığında yalnızca "amaç belirleme ve yöntem" alt boyutunda gözlemlendiği tespit edilmiştir. Yine, bireylerin cinsiyetlerinin, haftalık serbest zaman sürelerinin ve refah durumlarının sıkılma algıları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı gibi alt boyutlarda da farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Ancak, katılımcıların bölümlerinin serbest zamanda sıkılma algıları üzerindeki temel etkisinin anlamlı olduğu ve her iki alt boyutta da farklılık olduğu belirlenmiştir. Son olarak ise, serbest zamanda sıkılma algısı ile serbest zaman yönetimleri arasında negatif ve düşük düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Sonuç Bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre, serbest zaman yönetimleri ile sıkılma algıları arasında anlamlı farklılık olduğu ve bireylerin serbest zamanlardaki sıkılma algıları arttıkça serbest zamanları yönetebilmelerinin azaldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite Öğrencileri, Serbest Zamanda Sıkılma Algısı, Serbest Zaman Yönetimi

The Relationship Between Leisure Management And Leisure Boredom

Introduction and Purpose This study aimed to determine the relationship between leisure management and leisure boredom among university students.

Method: The study sample consisted of 256 students at Istanbul University, Cerrahpaşa Faculty of Sports Sciences. The participants were selected using the purposeful sampling technique, one of the improbable sampling methods. Data collection tools included a personal information form created by the researcher; The Leisure Management Scale developed by Wang et al. (2011) and adapted into Turkish by Akgül and Karaküçük (2015), and The Leisure Boredom Scale developed by Iso-Ahola and Weissinger (1990) and adapted into Turkish by Kara et al. (2014). Descriptive statistics, one-factor MANOVA, and Pearson Correlation analyses were performed for the data analysis.

Findings: According to the MANOVA results, the main effect of gender and weekly leisure on leisure management was not significant and did not vary in sub-dimensions. Also, the main effect of the participants' department on leisure management was not significant, but there was a difference in the programming sub-dimension. It was determined that the effect of participants' welfare on leisure management was meaningful, and the statistically significant difference was observed only in the "goal setting and method" sub-dimension. Besides, statistically significant no difference was found in the leisure boredom scale and sub-dimensions by gender, weekly leisure, and welfare. However, the main effect of the participants' departments on leisure boredom was significant, and there was a difference in both sub- dimensions. Finally, the analysis demonstrated a negative and low relationship between leisure boredom and leisure management.

Result: It can be suggested that there was a difference between leisure management and leisure boredom perceptions by the socio-demographic characteristics of the participants, and as their boredom perceptions increased, the capability to manage leisure diminished.

Keywords: University Students, Leisure Boredom, Leisure Management

SB289

HİKİKOMORİ FENOMENİ: SERBEST ZAMANDA SIKILMA ALGISI VE AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞI

[2]Bülent Gürbüz, [1]Feyza Meryem Kara, [1]Halil Sarol

[1]Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale, TÜRKİYE
[2]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE

Email : *bulentgurbuz@gmail.com, feyzameryemkara@gmail.com, hsarol@gmail.com*

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algısı ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve serbest zamanda sıkılma algısının akıllı telefon bağımlılığını yordama gücünü belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunda toplam 200 (129 kadın ve 71 erkek) üniversite öğrencisi yer almıştır. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında (Ortyaş= 21.27±1.55) değişmektedir. Kolayda örnekleme metoduyla ile seçilen katılımcılar "Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (SZSAÖ) ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'ni (ATBÖ) cevaplamışlardır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler, MANOVA, ANOVA ve regresyon testleri kullanılmıştır. MANOVA sonuçları, cinsiyet değişkeninin "SZSAÖ"nin tüm alt boyutlarında (sıkılma ve doyumsuzluk) temel etkisinin anlamlı olmadığı ($p>0.05$) belirlenmiştir. Bununla birlikte, "ATBÖ" "günlük yaşamı engelleme ve tolerans" ve "yoksunluk belirtileri" alt boyutlarında kadınlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların serbest zamanlarında düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma durumlarına göre yapılan analiz sonuçlarına göre, fiziksel aktiviteye katılma değişkeninin "SZSAÖ" puanları üzerindeki etkisini anlamlı olduğunu göstermiştir ($p< 0.01$). Yapılan ANOVA sonuçlarına göre, "SZSAÖ"nin her iki alt boyutunda katılımcıların ortalama puanlarının anlamlı olarak farklılaştığı da tespit edilmiştir. Fiziksel aktiviteye katılanların puanları katılmayanlardan daha düşüktür. Benzer şekilde, düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılma bağımsız değişkeninin, "ATBÖ" "günlük yaşamı engelleme ve tolerans" alt boyutunda katılmayanlar lehine anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır ($p< 0.05$). Akıllı telefon kullanma sıklığının değerlendirildiği araştırma sonuçlarına göre, "SZSAÖ" "doyumsuzluk" alt boyutunda ve "ATBÖ"nin altı alt boyutunda "1 saatten az" kullanan katılımcılar ile "6 saatten fazla" kullanan katılımcıların ortalama puanları arasında anlamlı farklıklar tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda, serbest zamanda sıkılma algısının katılımcıların akıllı telefon bağımlılığında anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Serbest zamanlarında düzenli olarak fiziksel etkinliklere katılan bireylerin serbest zamandan sıkılma algılarının ve akıllı telefon bağımlılıklarının daha düşük bulunmuştur. Sonuç olarak, katılımcıların sıkılma algılarının artmasıyla birlikte akıllı telefon bağımlılıklarının da arttığı söylenebilmektedir.

THE PHENOMENON OF HIKIKOMORI: LEISURE BOREDOM AND SMARTPHONE ADDICTION

The purpose of this study was to investigate university students' perception of leisure boredom and smartphone addiction levels with respect to some variables and to examine the predictive power of leisure boredom for smartphone addiction. A total of 200 (129 female and 71 male) university students were included in the study. Participants' ages ranged from 18 to 25 (Mage = 21.27 ± 1.55). Participants selected with convenience sampling method provided responses to "Leisure Boredom Scale (LBS) and Smartphone Addiction Scale (SAS)". MANOVA, ANOVA and multiple linear regression analysis was performed to analyze the data. Analysis indicated no significant differences in the subscales of LBS with regard to gender ($p>0.05$). However, there we statistically significant differences in the "disturbing daily life and tolerance" and "withdrawal symptoms" subscales of SAS in favor of women. The multivariate analysis of variance (MANOVA) indicated that the main effect of the physical

activity participation on the subscales of the LBS was statistically significant ($p < 0.01$). ANOVA indicated that the mean score of participants were significantly differed in two subscales of LBS. The mean scores of physical activity participants were higher than non-participants. Analysis also indicated that the mean scores of participants in the "disturbing daily life and tolerance" subscale's of "SAS" indicated statistically significant differences according to physical activity participation status ($p < 0.05$). Physical activity participants reported higher mean scores than the others. There were statistically significant differences in only "dissatisfaction" subscales of "LBS and in six subscales of "SAS" with respect to the frequency of using smartphone ($p < 0.01$). Regression analysis indicated that leisure boredom were significant predictors of smartphone addiction. Individuals who regularly participate in physical activities had lower perception of leisure and smartphone addiction. As a result, it can be concluded that as the participants' perception of boredom increased, their smartphone addiction also increased.

SB322

BİREYLERİN SANAL SOSYALLEŞME VE SERBEST ZAMAN YÖNETİM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: SOSYAL İZOLASYON SÜRECİNDE EVDE KALAN BİREYLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

***[1]Dilara KURNAZ*, [1]Pınar GÜZEL, [1]Kadir YILDIZ, [1]Melike ESENTAŞ**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

***Email :** dilara.kurnz@gmail.com, pnrguzel@yahoo.com, kadiryildiz80@hotmail.com, mel.esentas@gmail.com*

GİRİŞ ve AMAÇ: Bireylerin toplumsal bir değişime sebep olan Kovid-19' a bağlı sosyal izolasyon sürecinde serbest zamanlarının artması bu zaman diliminde yapılan aktivitelerin önemini karşımıza çıkarmıştır. Bu çalışmada, sosyal izolasyon gereksiniminde olan bireylerin sanal ortamdaki yalnızlık düzeyleri ve serbest zaman yönetim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM: Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ve ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden kolay örnekleme metodu ile araştırmaya katılım gösteren 251 birey oluşturmaktadır. Araştırma verileri; Kişisel Bilgi Formu, Wang ve ark., (2011) tarafından geliştirilen, Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçe' ye uyarlanan bireylerin serbest zamanlarını yönetme becerilerine yönelik "Boş Zaman Yönetimi Ölçeği(BZYÖ)" ve Korkmaz, Usta ve Kurt tarafından sanal ortamlarda hissedilen yalnızlık düzeylerini ölçmeye yönelik geliştirilen "Sanal Ortam Yalnızlığı Ölçeği(SOYÖ)" ile toplanmıştır. Analizlerde betimsel istatistik tekniklerinin yanı sıra, verilerin normal dağılım göstermesi sebebiyle parametrik testlerden Independent T test, Pearson Korelasyon analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizinden yararlanılmıştır.

BULGULAR:Cinsiyet değişkenine göre Bağımsız Gruplar T Testi sonucuna göre sanal paylaşım da erkeklerin, programlama alt boyutunda ise kadınların lehine anlamlı farklılık tespit edildiği görülmektedir. Korelasyon testi neticesinde Sanal ortam yalnızlık ve boş zaman yönetimi ölçeği alt boyutları arasında düşük ve orta düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca Sanal ortam yalnızlık ölçeği alt boyutlarının boş zaman yönetimi ölçeği alt boyutları üzerinde yordayıcı bir etkisi olduğu görülmüştür.

SONUÇ:Bireylerin serbest zaman yönetim ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasında bir ilişkinin olduğu bireylerin, serbest zaman yönetim algılarının arttıkça sanal ortam yalnızlık düzeylerinin de azalabileceği ifade edilebilir. Bu durum serbest zaman yönetiminin gerekliliğini ve önemini işaret etmektedir.

Investigation Of Virtual Socialization And Leisure Time Management Levels Of Individuals Staying At Home In Social Isolation Process

Introduction and Purpose:The increase in free time of individuals in the social isolation process due to Covid-19, which causes a social change, has revealed the importance of activities carried out in this time period. In this case, it is purpose to examine the relationship between levels of loneliness in virtual environment and leisure time management of individuals in need of social isolation.

Method:The research designed in the descriptive and relational survey model, one of the quantitative research methods. The study group of the research consists of 251 individuals participating in the study with easy sampling method, which is one of the non-random sampling methods.Research data; The Personal Information Form was developed by Wang and colleague (2011) and adapted to Turkish by Akgül and Karakük (2015), the "Free Time Management Scale(FTMS)" for the skills of individuals to manage their leisure time and was developed by Korkmaz, Usta and Kurt in virtual environments. It was collected with the "Virtual Environment Loneliness Scale(VELS)" developed to measure the levels of loneliness felt. In addition to descriptive statistical techniques, the parametric tests, Independent T test, Pearson Correlation analysis and Multiple Linear Regression analysis were used in the analyzes because of the normal distribution of the data.

Results:According to the results of the Independent Groups, T Test according to the gender variable, it is seen that there is a significant difference in favor of men in virtual sharing and in favor of women in programming sub-dimension. As a result of the correlation test, low and medium level relationships were found between sub-dimensions of virtual environment loneliness and leisure management scale. In addition, it has been observed that the sub-dimensions of the Virtual environment loneliness scale have a predictive effect on the sub-dimensions of the leisure management scale.

Conclusion:It can be stated that there is a relationship between individuals leisure time management and virtual environment loneliness levels, and as their leisure time management perceptions increase, their level of virtual environment loneliness may decrease. This situation points out the necessity and importance of leisure time management.

SB348

ÜNİVERSİTE KAMPÜSLERİNDE REKREASYON UYGULAMALARININ SERBEST ZAMAN ENGELLERİ, KOLAYLAŞTIRICILARI VE DOYUMU ÜZERİNE ETKİLERİ

***[1]Tolga Beşikçi*, [1]Hatice Çamlıyer, [1]Pınar Güzel**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

***Email :** tolga.besyo@hotmail.com, haticcam@gmail.com, pnrguzel@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, kampüs rekreasyonuyla ilgili uygulamaların üniversite öğrencilerinin serbest zaman engellerine, serbest zaman kolaylaştırıcılarına ve serbest zaman doyumlarına etkisinin incelenmesi ve cinsiyet değişkenine göre bu unsurların farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırmada nicel araştırma desenlerinden öntest-sontest kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın uygulanabilirliğini test etmek amacıyla 18 öğrenci ile pilot çalışma gerçekleştirilmiştir. Deneysel çalışma ise 80 öğrenci kontrol, 80 öğrenci deney grubu olmak üzere toplamda 160 öğrenci ile yürütülmüştür. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler ölçek yardımıyla toplanmıştır. Araştırmada; Gürbüz, Öncü ve Emir (2012, 2015) tarafından Türkçeye uyarlanan "Serbest Zaman Engelleri Ölçeği" ve "Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği" ile Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan "Serbest Zaman Doyum Ölçeği" kullanılmıştır. "Bağımsız ve İlişkili Örneklem T-testleri", "Pearson Korelasyon Testi" ve "Basit Doğrusal Regresyon Testi" yapılmıştır.

Bulgular: Kampüs rekreasyonu uygulamalarına düzenli katılım gösteren öğrencilerin katılmayan öğrencilere göre serbest zaman engelleri sontest puanlarının (kişisel (t158= -21,634), kişilerarası (t158= -20,456) ve yapısal (t158= -23,976), $p<0.001$), istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu görülmüştür. Serbest zaman kolaylaştırıcıları (kişisel (t158= 6,355), kişilerarası (t158= 4,377) ve yapısal (t158= 3,728), $p<0.001$) ve serbest zaman doyumu (t158= 9,809), $p<0.001$), sontest puanlarının ise daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenin etkili bir faktör olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutu ortalama puanları ile serbest zaman doyum ölçeği ortalama puanları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde düşük düzeyli anlamlı bir ilişki görülmüştür (rp (80)=,222, $p<0.001$). Bu ilişkinin etki düzeyini yorumlamak için yapılan doğrusal regresyon analizi sonucunda, kişisel kolaylaştırıcıların, serbest zaman doyumu varyansının %4,9'unu açıklayabildiği (R^2=,049; F(1,78)=4,030, $p=0.048$) ve pozitif yönde yordadığı ($\beta=0.222$, t=2,008, $p=0.048$) belirlenmiştir.

Sonuç: Kampüs rekreasyonu uygulamalarına katılan öğrencilerin serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve doyumu olumlu yönde etkilendiği anlaşılmıştır. Kampüs içerisindeki faaliyetlere katılımda engelleyici faktörlerin azalıp, kolaylaştırıcı unsurların artmasıyla hem katılımda devamlılık hem de elde edilen doyum düzeyindeki artışın düzenli yapılan kampüs rekreasyonu uygulamalarından kaynaklandığı sonucuna varılmıştır.

Effects Of Recreation Practices On Leisure Constraints, Facilitators And Satisfaction In University Campuses

Introduction and Purpose: This study aims to examine the effects of campus recreation practices on university students' leisure constraints, facilitators and satisfactions, and to determine whether these elements differ according to gender.

Methods: Pretest-posttest control group experimental design was used in the study. Firstly A pilot study were carried out with 18 students. The experimental study was carried out with 160 students (80 control group, 80 experimental group). Information on demographic characteristics was collected with the scale. As a measurement tool;"Leisure Constraints Questionnaire" and "Leisure Facilitators Scale" adapted to Turkish by Gürbüz, Öncü and Emir (2012, 2015) and "Leisure Satisfaction Scale" adapted to Turkish by Gökçe and Orhan (2011) were utilized. Independent and Paired Sample T-tests","Pearson Correlation ","Simple Linear Regression" tests were utilized.

Results: It was determined that the students with regular participation in campus recreation practices had lower leisure constraints posttest scores (intrapersonal (t158=-21,634), interpersonal (t158=-20,456) and structural (t158=-23,976),p <0.001). The posttest scores for leisure facilitators (intrapersonal (t158=6,355), interpersonal (t158=4,377) and structural (t158=3,728),p<0.001), and leisure satisfaction levels (t158=9,809),p<0.001) were higher than the non-participated students. It was concluded that the gender variable is not an effective factor. There was a statistically significant and positive albeit low-level relationship between the mean scores of the intrapersonal facilitators and the leisure satisfaction scale, (rp(80)=,222,p<0.001). As a result of the linear regression analysis to interpret the effect level of this relationship, intrapersonal facilitators were able to explain 4.9% of the leisure satisfaction variance (R^2=,049; F(1,78)=4.030,p=0.048) and they were positively predicted (β=0.222,t=2.008,p=0.048).

Conclusion: It has been understood that campus recreation practices are effective on leisure constraints, facilitators and satisfaction. It was concluded that both the continuity in participation and the increase in the level of satisfaction achieved were caused by regular campus recreation practices by reducing the constraints and increasing the facilitating factors in participation in activities.

SB349

COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDE KISITLI SERBEST ZAMANDA FİZİKSEL AKTİVİTE YAPAN: ALTMIŞ BEŞ YAŞ ÜSTÜ ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA (İSTANBUL ÖRNEĞİ)

***[1]Kıvılcım KAPLAN*, [1]Deniz DEMİR BOLÇAY**

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,İSTANBUL

***Email :** kkaplan@gelisim.edu.tr, ddemir@gelisim.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Dünyayı etkisi altına alan korona virüs sürecinde yaşlıların, dünyada olduğu gibi ülkemizde de en çok ölüm oranına sahip,kısıtlamaya maruz kalan, kronik hastalıkları itibariyle risk grubu olan atmış beş yaş üstü bireylerdir.İstanbul metropolünün seçilmesi heterojen yapısı,nüfus yoğunluğu ve pandemi yasaklarının sıklığı ile Türkiye evreni içinde anlamlı bir örnekleme sahiptir.Bu nedenle çalışmanın amacı; covid-19 pandemi sürecinde atmış beş yaş üstünün evden dışarı çıkabildikleri , kısıtlı serbest zamanlarındaki fiziksel aktivitelerini ve sürecin sosyolojik etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışma nitel araştırma desenlerinden durum analizi ile gerçekleştirilmiştir.Verileri toplamak için yarı-yapılandırılmış görüşme formu hazırlanarak,görüşmeler not alarak , video ve ses kaydı ile desteklenerek kaydedilmiştir. Görüşme formundaki cevaplar içerik analizi tekniğinden faydalanılarak çözümlenmiştir. Araştırmanın örneklemini İstabul il sınırlarında yaşayan gönüllülük esasına dayanan rastgele farklı ilçelerden seçilmiş toplam (n:51) yaşlı birey oluşturmuştur.

Bulgular: Katılımcıların büyük çoğunluğunun kısıtlı serbest zamanlarında,özgürce aileleri ile birlikte mutlu olurken, park ve deniz kenarlarında yürüyerek, yüzerek ,bisiklete binerek,doğaya çıkarak, görüşemediği arkadaşlarıyla çay bahçelerinde sohbet ederek , market alışverişi eczane gibi zorunlu ihtiyaçlarını alarak ,merdiven inip çıkmak,parkda belediyenin spor aletleri vb. gibi fiziksel aktiviteler yaparak geçirmişlerdir. Psikolojik olarak süreci çok ağır geçirdikleri , hasta olup sevdikleri olmadan ölmekten korktuklarını stres ve nefes daralmaları yaşadıklarını,evde hareketsiz kalınan uzun zamanın fizjolojik olarak kötü geldiğini belirtmişlerdir.Çoğu süreci ailesi ile geçirirken, tek başına yaşayanların polisden destek aldığı ve kısıtlı saatlerde, kronik hastalıkları için zamanını hastanede geçirmişlerdir.

Sonuç: Yaşlı bireylerin kısıtlı serbest zamanlarının yeterli olmadığı,yapılan yürüyüşlerin verilen zamanlar için yetersiz olduğu görüşündedirler.Pandemide kurallara yeterince uyulmadığı ama kısıtlı serbest zamanın ilk uygulamaya göre daha iyi olduğunu ve geçirilen bu zamanı yarı açık ceza evine,darbelere,nüfus sayımlarına ,kapalı bir fanusa ,kardan kapanan köy yollarına ,emekli olduğu zamana,özgürlüğü elinden alınmış mahkuma, ,askerlik dönemine benzetmişlerdir. Sürecin kendilerine bu kadar ağır gelmesini haksızlık olarak görürken gençlerin onlar kadar dikkat etmediğini kuralların herkese eşit uygulanıp eski serbset zamanlarına dönmek istediklerini ifade etmişlerdir.

A Qualitative Research On Six-Five Years Over That Do Physical Activity In Restricted Leisure-Time In The Process Of Covid-19 Pandemic (Istanbul Example)

Introduction and Purpose: In the coronavirus process that affects the world, the elderly are the most restricted in our country as well as in the world, and the group of deaths as a risk group in terms of age and chronic diseases

is the most common group of five-year-olds. Istanbul metropolis has a meaningful sampling within the Turkish universe with its heterogeneous structure, population density, and the frequency of pandemic bans. Therefore, the purpose of the study; The covid-19 pandemic process is to examine the physical activities of the people over sixty five-year-old in Turkey, where they can get out of the house and the sociological effect of the process in restricted leisure-time.

Method: The study was carried out by case analysis from qualitative research patterns. A semi-structured interview form was prepared to collect the data, and the interviews were recorded by taking notes, supported by video and audio recording. The answers in the interview form were analyzed using the content analysis technique. The sample of the research was made up of a total of elderly individuals (n:51) selected from different random districts based on volunteerism living on the borders of Istanbul province.

Results: While the majority of participants were happy with their families freely, they spent physical activities such as walking along the park and seaside, swimming, cycling, going to nature, chatting in tea gardens with friends he could not meet, taking compulsory needs such as grocery shopping pharmacy, climbing stairs, and doing physical activities such as municipal sports equipment, etc. Participants stated that they had a very heavy psychological process, they were sick and afraid of dying without their loved ones, they experienced stress and shortness of breath, and staying immobile at the home a long time was physiologically bad. While most of the participants spent the process with their families, those who lived alone spent their time in the hospital for chronic diseases in limited hours and supported by the police.

Conclusion: Participants' opinion was that restricted leisure-time is not enough for elderly people and the walks are insufficient for the given time. In the pandemic, the rules were not followed adequately, but the restricted leisure-time was better than the first practice, and that this time spent was unlike anything like the previous half-open prison, blows, census, a closed bowl, snow-covered village roads, swamp, tuberculosis and plague times. They likened it to the pit, the time of his retirement, the prisoner whose freedom was taken away, to the disciplined period he served as a soldier. The participants stated that while it was unfair that the process was so heavy for them, the young people did not pay as much attention to them, and the rules were applied equally to everyone and wanted to return to their old free time.

SB356

TOPLUMSAL BİR FENOMEN: NEREYE GİDİYOR BU DEDELER?

***[1]Deniz Demir Bolçay*, [1]Kıvılcım KAPLAN**

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi,Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu,İSTANBUL

***Email :** ddemir@gelisim.edu.tr, kkaplan@gelisim.edu.tr*

Giriş ve Amaç: 21. yüzyılın toplumsal gerçeğinde birçok kuşak sosyal hayatı birlikte paylaşmaktadır. Özellikle Z kuşağının, X kuşağına karşı serzenişte bulunduğu sosyal medya paylaşımlarında sık sık gündeme gelen "Nereye gidiyor bu dedeler?" sorusuna cevap bulmak bağlamında 65 yaş ve üzeri erkek bireylerin sosyal hayattaki serbest zamanlarını nasıl ve nerede kullandıkları çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

Yöntem: Fenomonoloji çalışması olarak tasarlanan araştırmada yarı-yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bulgular: Katılımcıların (N:30) büyük çoğunluğunun park ve çay bahçesinde vakit geçirdiği belirlenmiş ve emeklilikle ortaya çıkan serbest zamanı, hayat garantisi ve özgürlüğe benzetmiştir.

Sonuç: Yaşlı insanların sosyal yaşam doyum düzeyi yalnızca yaşlanmalarına bağlı değildir. Daha çok dış koşullara bağlıdır, bu dış koşulların İstanbul ili için serbest zamanlarını kaliteli şekilde değerlendirebilecekleri, serbest zaman alanları, kurumları, kuruluşları ve topluluklarının yetersizliği öngörülmektedir.

A SOCIAL PHENOMENON: WHERE ARE THESE GRANDFATHERS GOING?

Introduction and Purpose : In the social reality of the 21st century, many generations share social life. In the context of finding an answer to the question of " Where are these grandfathers going? ", which is common in social media posts where Generation Z reproaches against Generation X, how and where male individuals aged 65 use their free time in social life constitutes the aim of the study.

Method: A semi-structured interview form was used in the study as a phenomenology study. Results: It was determined that the majority of the participants spent time in the park and tea garden, and they compared the free time that comes with retirement to life guarantee and freedom.

Conclusion:The social satisfaction of elderly people does not only depend on their aging. Most of the time it depends on external factors. It is anticipated that these external factors are inadequate for the province of Istanbul where free time spaces, institutions, organizations, and communities will be able to make good use of their free time.

SB359

ANTRENÖRLERİN SPORTİF REKREASYON AKTİVİTELERİNE KATILIMLARINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

[1]Mehdi Duyan, [2]İlker Günel, [1]Talip Çelik

[1]İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya
[2]Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Uşak

Email : *duyanmhdi@gmail.com, ilker.gunel@usak.edu.tr, talip.celik@inonu.edu.tr*

Sportif rekreasyon aktiviteleri kişinin yaşam kalitesinin ve iş motivasyonunun artmasına olumlu yönde katkı sağlar; kişilerin daha başarılı olmalarında önemli roller üstlenir. Sportif rekreasyon aktivitelere katılımın sağladığı bu olumlu tutuma rağmen, bireylerin çeşitli engellere maruz kalarak kendileri için oldukça önemli olan bu tür aktivitelere katılım gösteremedikleri görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, bireysel ve takım spor dallarında faaliyet gösteren antrenörlerin serbest zamanlarında sportif rekreasyon aktivitelerine katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesidir. Araştırmanın evrenini Antalya, Karaman, Kütahya, Muğla, İstanbul ve İzmir illerinde görev yapan antrenörlerden oluşurken, araştırma örneklemini ise bu illerde görev yapan 102 özel ve 148 kamu sektöründe olmak üzere toplam 250 antrenör oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimi yöntemi olarak kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan, Gürbüz ve ark. (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen ve Türkçe'ye kısa formu adapte edilen "Boş Zaman Engelleri Ölçeği-18" kullanılmıştır. Elde edilen veriler, SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. $p<0.05$ anlam düzeyi ve % 95 güven aralığında uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre, antrenörlerin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturan unsurlar arasında Zaman faktörünün ilk sırada yer aldığı ve bunu sırasıyla Tesis ve Birey Psikolojisi faktörlerinin takip ettiği saptanmıştır. Cinsiyet, aktif spor yapıp yapmama ve yaş değişkenlerine göre karşılaştırıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Spor branş türü değişkenine göre karşılaştırıldığında "birey psikoloji" ve zaman alt boyutlarında takım sporları antrenörlerin lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0.05$). Çalıştığı sektör değişkenine göre karşılaştırıldığına sadece "birey psikoloji" alt boyutunda özel sektörde çalışan antrenörlerin lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0.05$). Antrenörlerin, serbest zamanlarında aktivitelere katılımını engelleyen unsurların başında Zaman faktörünün ilk sırada yer aldığı ve sırasıyla Tesis, Birey Psikolojisi, İlgi Eksikliği ve en son boyut olarak Arkadaş eksikliği faktörlerinin olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, aktivite, antrenör

Determining Of The Factors That Constraints Participation Of Sports Recreation Activities Of Coaches

Sports recreation activities contribute positively to the increase in the quality of life and work motivation of the person; plays an important role in making people more successful. Despite this positive attitude provided by participation in sports recreational activities, it is seen that individuals are exposed to various obstacles and cannot participate in such activities, which are very important for them. The aim of this study is to determine the factors that constraint coaches working in individual and team sports from participating in sports recreation activities in their leisure time. The population of the research consists of coaches working in Antalya, Karaman, Kütahya, Muğla, Istanbul and Izmir provinces, while the sample of the research consists of 250 coaches working

in these provinces, 102 in private and 148 in the public sector. The convenience sampling method was used as the sampling method in the study. Developed by Alexandris and Carroll (1997) and adapted into Turkish by Karak Küçük and Gürbüz (2007) as a data collection tool, Gürbüz et al. (2012) used the "Leisure Constraints Scale-18", whose factor structure was retested with confirmatory factor analysis and its short form was adapted to Turkish. The data obtained were analyzed with SPSS 22.0 package program. $p < 0.05$ significance level and 95% confidence interval was applied. According to the findings of the research, it was determined that the time factor ranks first among the factors that constraints coaches from participating in recreational activities, followed by the Facility and Individual Psychology factors. There was no statistically significant difference in the sub-dimensions when compared according to gender, active sports or not and age variables ($p > 0.05$). When compared according to the sports branch type variable, a statistically significant difference was found in the "individual psychology" and time sub- dimensions in favor of team sports coaches ($p < 0.05$). When compared according to the variable of the sector they work, only a statistically significant difference was found in the "individual psychology" sub-dimension in favor of the coaches working in the private sector ($p < 0.05$). It has been determined that the most important factors that constraints trainers from participating in activities during their leisure time are the time factor, respectively facility, individual psychology, lack of interest and lack of friends as the last dimension

Keywords: Recreation, activity, coach

SB399

60 YAŞ ÜSTÜ BİREYLERİN YAŞAM DOYUMU, SAĞLIK ALGISI VE BOŞ ZAMAN AKTİVİTE TERCİHLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Çağla Çabuk, [1]Hüseyin Gümüş

[1]Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MERSİN

Email : *caglayna@gmail.com, huseyinn.gumuss@gmail.com*

İçinde bulunduğumuz yüzyılda dünyayı kasıp kavuran Covid-19 pandemisi nedeniyle sosyal ilişkilerin tekrar gözden geçirildiği, belli yaş grupları için sokağa çıkma yasaklarının uygulandığı ve yüz yüze iletişimin, kolektif davranışların sorgulandığı bu süreçten en çok etkilenen ve ne yapması ya da ne yapmaması en çok tartışılan grup şüphesiz 60 yaş üstü bireyler olmuştur. Bu araştırmanın temel amacı, 60 yaş üstü bireylerin katıldıkları boş zaman aktivite türleriyle yaşam doyumu ve sağlık algısı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini Mersin ilinde yaşayan 60 yaş ve üzeri bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya bu evrenden amaçsal örneklem metoduyla seçilen toplam 453 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; "Yaşam Doyumu Ölçeği" ve "Sağlık Algısı Ölçeği" nin yanısıra katılımcıların boş zaman aktivite türlerine katılım sıklığını belirlemek için 6 farklı etkinlik türünü içeren "Boş Zaman Aktivite Türü Anketi" kullanılmıştır. Yaşam doyumu, sağlık algısı ve boş zaman aktivite türü ilgisi arasında istatistiksel olarak bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacı ile de Spearman sıra farkları korelasyon analiz tekniği kullanılmış ve bütün analizler için hata payı 0,05 olarak alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda; yaşlı bireylerin tercih ettikleri boş zaman etkinlik türü "Ev merkezli sosyal etkinlikler" ile "Kültürel ve eğlence içerikli etkinlikler" iken en az tercih edilen etkinlik "Fiziksel etkinlikler" ile "Gönüllülük ve sosyal sorumluluk etkinlikleri"dir. Yaşlı erkeklerde yaşam doyumu ile boş zaman etkinlik türü arasındaki en yüksek ilişki gönüllülük ve sosyal sorumluluk etkinlikleri (r=0.206) arasında iken yaşlı kadınlarda kültürel ve eğlence içerikli etkinlikler (r=0.286) arasındadır. Sağlık algısı ile arasında en yüksek ilişki olan boş zaman etkinliği ise hem kadınlarda (r=0.413) hem de erkeklerde (r=0.418) hobiler ve iç mekân etkinlikleri olarak tespit edilmiştir.

INVESTIGATION OF LIFE SATISFACTION, HEALTH PERCEPTION AND LEISURE ACTIVITY PREFERENCES OF INDIVIDUALS OVER 60 YEARS OF AGE

Due to the covid-19 pandemic that swept the world in the current century, social relations were reviewed, curfews were imposed for certain age groups, and face to face communication and collective behaviors were questioned, and what to do or not to do is the most discussed group, undoubtedly, there have been individuals over the age of 60. The main purpose of this study is to investigate the relationship between leisure activity types and life satisfaction and health perception in individuals over sixty years old. The population of the study consists of individuals aged sixty and over living in Mersin. A total of 453 volunteers were selected from this population by means of purposive sampling method. As a data collection tool in research; Life Satisfaction Scale and Health Perception Scale was used in this research. In order to determine the frequency of participation of the participants in the leisure activity types, a leisure activity type questionnaire including six different activity types was used. Spearman Correlation Analysis Technique was used to determine whether there was a statistically significant relationship between life satisfaction, health perception and leisure time interest and the error margin was taken as 0,05 for all analyzes. As a result of the analysis; While the leisure activity types preferred by the elderly are "Home-centered social activities" and "Cultural and entertainment activities", the least preferred activity is "Physical activities" and "Volunteering and social responsibility activities". The highest relationship between life satisfaction and leisure activity type in elderly men is between volunteering and social responsibility activities (r =

0.206), while it is between cultural and recreational activities (r = 0.286) for elderly women. Leisure activity, which has the highest relationship with perception of health, was found to be hobbies and indoor activities in both women (r = 0.413) and men (r = 0.418).

SB400

BİR PENCERE ARALAMAK; KADINLARIN SERBEST ZAMAN ETKİNLİKLERİNE KATILIMLARI VE KISITLAYICILARI

***[1]Ezgi ABAY*, [2]Melike ESENTAŞ, [2]Pınar GÜZEL**

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı, MANİSA
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MANİSA

***Email :** ezgiabay@outlook.com, mel.esentas@gmail.com, pnrguzel@yahoo.com*

Giriş ve Amaç: Yaşam koşullarının değişikliği ve gelişimi bireyleri psikolojik, sosyal, fiziksel vb. yönlerden olumsuz etkileyebilmektedir. Bu etkilerin azalmasında ve/veya önlenmesinde serbest zaman etkinlikleri önemli bir yere sahiptir. Bu bağlamda yapılan araştırmanın temel amacı kadınların serbest zaman etkinliklerine katılımında elde ettikleri kazanımı ve etkinliklere katılımındaki kısıtlayıcılarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu amaçlı örneklem yöntemi ile seçilen ve Manisa Atatürk Gençlik Merkezi'nde serbest zaman etkinliklerine yer alan 24 gönüllü kadın katılımcı oluşturmaktadır. Yapılan araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgilere ilişkin (yaş, cinsiyet, medeni durum, vb.) demografik bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler betimsel ve içerik analizi tekniği kullanılarak anlamlı hale getirilmiş ve bulguların modellenmesinde Nvivo programından yararlanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen verilerin analizi sonucunda kadınların serbest zaman etkinliklerine katılım nedenlerine ilişkin analiz neticesinde fizyolojik kazanımlar temasında; fiziksel sağlık alt temasına, psiko-sosyal kazanımlar temasında ise; eğlence, keyif, psikolojik iyi oluş, sosyalleşme, yenilenme alt temalarına ulaşılmıştır. Serbest zaman kısıtlayıcılarına ilişkin sorunun analizinde ise; tembellik, aile aidiyeti, zaman, özgüven eksikliği, kültür, iş hayatı, maddi imkanlar olmak üzere 7 tema elde edilmiştir.

Sonuç: Yapılan analizler sonucunda kadınların serbest zamanlarında rekreatif etkinliklere katılımında fizyolojik ve psiko-sosyal açıdan olumlu yönde kazanımlar elde edildiği sonucuna varılırken, serbest zaman kısıtlayıcılarına bakıldığında ise kadınların engel teşkil edebilecek kısıtlayıcılar ile karşı karşıya kaldığı görülmektedir. Bu sonuçlardan kadınların yaşam kalitelerini arttırabilmesi açısından serbest zaman etkinliklerine düzenli zaman ayırması ve katılım kısıtlayıcılarını en az seviyelere getirmesi gerekliliğine ulaşılmaktadır. Bu doğrultuda özellikle Yerel Yönetimlerin kadın katılımcılara yönelik daha aktif rol almaları ve toplumsal tabanlı projeler oluştururlarken tespit edilen bu tip kısıtlayıcıları da göz önünde almaları önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Serbest zaman, kadın, serbest zaman katılımı, serbest zaman kısıtlayıcıları

Opening A Window; Women's Participation And Restrictions In Leisure Time Activities

Introduction and aim: The change and development of living conditions can affect individuals psychological, social, physical, etc. negatively. Leisure activities have an important place in reducing and / or preventing these effects. In this context, the main purpose of the study is to examine the learning outcomes of women in their participation in leisure time activities and their limitations in participating in activities.

Method: The study group consists of 24 volunteer female participants who are selected with the purposeful sampling method and take part in leisure time activities in Manisa Atatürk Youth Center. In the study, demographic information form and semi-structured interview form regarding personal information (age, gender, marital status, etc.) prepared by the researchers were used as data collection tools. The obtained data were made meaningful by using descriptive and content analysis techniques, and the NVIVO program was used to model the findings.

Results: As a result of the analysis of the data obtained, under the theme of physiological gains as a result of the analysis regarding the reasons for women's participation in leisure time activities; In the sub-theme of physical health, in the theme of psycho-social gains; subthemes of entertainment, pleasure, psychological well-being, socialization and regeneration have been reached. In the analysis of the problem related to leisure time constraints; 7 themes were obtained: laziness, family belonging, time, lack of self-confidence, culture, business life and financial opportunities.

Conclusion: As a result of the analysis, it was concluded that physiological and psycho-social positive gains were obtained in the participation of women in recreational activities in their leisure time, while considering the restrictions of leisure time, it is seen that women are faced with restrictors that may pose an obstacle. From these results, it is understood that in order to increase the quality of life of women, it is necessary to allocate regular time to leisure time activities and to minimize the participation restrictions. In this direction, it is recommended that especially Local Authorities take a more active role for women participants and take into account such restrictions when creating social-based projects.

Keywords: Leisure, women, Leisure participation, Leisure restrictions

SB435

REKREASYON KULÜPLERİNDE SOSYAL SERMAYE ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK SINAMA ÇALIŞMASI

[2]Bülent GÜRBÜZ, [3]Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ, [1]İsmail AYDIN

[1]Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, BARTIN
[2]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[3]Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANTALYA

Email : *bulentgurbuz@gmail.com , hamdialper@gmail.com, ismail.aydin2013@gmail.com*

Girişi ve Amaç: Bu çalışmada, rekreasyon kulüplerin sahip olduğu ortak değerleri belirlemek için Forsell vd. (2018) tarafından geliştirilmiş olan "Rekreasyon Kulüplerinde Sosyal Sermaye Ölçeği"nin (RKSSÖ) Türkçeye uyarlanması, geçerlilik ve güvenirliğinin sınanması amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya sağlık ve zindelik kulüplerine üye olan 124'ü kadın (Ortyaş= 29.50±8.88) ve 137'si erkek (Ortyaş= 34.00±8.82) olmak üzere toplam 261 kişi katılmıştır. Ölçeğin orijinal versiyonunda "arkadaşlık" (8 madde), "davranış kuralları" (4 madde), "karşılıklı güven" (4 madde) ve "yönetim-denetim" (4 madde) olmak üzere toplam 4 alt boyut ve 20 madde yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe versiyonunun faktör yapısının belirlenmesi için sırasıyla Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analiz (DFA) yöntemleri uygulanmıştır. Alt boyutlara ilişkin iç-tutarlık katsayıları Cronbach Alpha's güvenirlik katsayısıyla hesaplanmıştır. Ayrıca, Pearson Korelasyon Analiziyle ölçeğin alt boyutlarının ilişkisi değerlendirilmiştir.

Bulgular: Yapılan AFA sonucuna göre ölçeğin toplam 8 madde ve 2 alt boyutlu yapıdan oluştuğu tespit edilmiştir. DFA sonuçlarına göre ölçek uyum indekslerinin "$\chi 2/df$= 1.35, RMR= 0.01, RMSEA, 0.03, GFI=0.97, AGFI=0.95, CFI=0.98, NFI=0.95, SRMR=0.03" mükemmel uyum sınırları içerisinde yer aldığı, 2 alt boyut ve 8 maddelik bu yapının doğrulandığı gözlemlenmiştir. Ayrıca ölçeğin faktör yüklerinin 0.56 ile 0.74 arasında değiştiği ve Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının her iki alt boyut içinde 0.76 olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre, bu çalışma kapsamında oluşturulan RKSSÖ'nin Türkçe formunun rekreasyon kulüplerinde sosyal sermayenin ölçümünde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğuna yönelik önemli bulgulara ulaşılmıştır. Dolayısı ile, RKSSÖ'nin Türkiye örnekleminde rekreasyon kulüplerinde sosyal sermaye ile ilgili gelecekte yürütülecek araştırmalarda kullanılabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Sermaye, Rekreasyon, Geçerlik, Güvenirlik

ADAPTATION OF THE SOCIAL CAPITAL IN RECREATION CLUBS SCALE INTO TURKISH: A RELIABILITY AND VALIDITY TESTING STUDY

Introduction and Aim: In the current study, the aim is to adapt "Social Capital in Recreation Clubs Scale" (RCSCS) into Turkish language developed by Forsell et.al., (2018) and to test its validity and reliability in order to determine the common values that recreation clubs own.

Method: In the study, 124 female (Mage=29.50±8.88) and 137 male (Mage=34.00±8.82), totally 261 participants that are members of health and wellness clubs were included. In the original version of the scale, there are 20

items and 4 subscales which are “friendly-acceptance” (8 items), “norms of behavior” (4 items), “trusting-reciprocity” (4 items) and “governance” (4 items). In order to determine the factor structure of the Turkish version of the scale, Exploratory Factor Analysis (EFA) and Confirmatory Factor Analysis (CFA) methods were respectively applied. Internal consistency coefficients related to the subscales were calculated through Cronbach Alpha reliability coefficient. Also, using Pearson Correlation Analysis, the correlation of subscales of the scale were evaluated.

Findings: According to conducted EFA results, it is determined that the scale consists of 8 items and 2 subscales. According to CFA results, it is observed that the scale consistency indices appear in the limits of perfect fit indices “χ2/df= 1.35, RMR= 0.01, RMSEA, 0.03, GFI=0.97, AGFI=0.95, CFI=0.98, NFI=0.95, SRMR=0.03” and that the structure consisting of 2 subscales and 8 items is confirmed. Also, it is determined that the factor loads of scale ranges between 0.56 and 0.74 and Cronbach Alpha internal consistency coefficients are 0.76 in both subscales.

Results: According to the obtained results, important findings proving that the Turkish version of RCSCS is reliable and valid in the measurement of social capital in recreation clubs were reached. Consequently, it is thought that RCSCS can be used in Turkish samples in the future research on social capital in recreation clubs.

Keywords: Social Capital, Recreation, Validity, Reliability

SB459

FİTNESS ÜYELERİNDE TOPLULUK HİSSİ, ALGILANAN DEĞER, TATMİN VE DAVRANIŞSAL NİYET ARASINDAKİ İLİŞKİNİN PLS-SEM İLE İNCELENMESİ

[1]Hüseyin Çevik, [2]Ali Sevilmiş

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ESKİŞEHİR
[2]Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Karaman

Email : *huseyincevik@eskisehir.edu.tr, alisevilnis.42@hotmail.com*

Giriş: Fitness Amerika, Avrupa ve Dünya'da muazzam derecede büyüyen sektör olma özelliğini her yıl sürdürmektedir. Her geçen gün işletme sayısı, üye sayısı, pazar hacmi artmaktadır. Bu büyümeye rağmen rekabet giderek zorlaşmaktadır. Fitness merkezleri böyle rekabetçi bir endüstride mücadele edebilmek için, üyelerin tüketim davranışlarını etkileyen faktörleri ve bunlar arasındaki ilişkiyi anlamak durumundadır. Daha önceki araştırmalarda hizmet kalitesi, hizmet deneyimi, deneyim kalitesi, vb. yapıların tüketim davranışları ile olan ilişkisini incelenmiş ve fitness merkezleri bu sonuçlara göre stratejiler geliştirmiştir. Ancak fitness merkezinin farklılaşması ve başarısı için farklı yapıların tüketim davranışları ile ilişkisini inceleyen modellerin geliştirilmesi gerekmektedir. Bundan dolayı bu çalışmada topluluk hissi, algılanan değer, tatmin ve davranışsal niyet arasındaki ilişkiyi inceleyen kuramsal modelin test edilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya, 2019 yılının ilkbahar ve sonbahar mevsimlerinde farklı fitness merkezlerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 384 kişi katılmıştır. Veriler yüzyüze görüşme tekniği kullanılarak anket aracılığıyla toplanmıştır. Anketin birinci bölümünde Sporda Topluluk Hissi Ölçeğine, ikinci bölümde, algılanan değer, tatmin ve davranışsal niyeti ölçen ifadelere yer verilmiştir. Veriler çok değişkenli normallik sağlanmadığı için PLS-SEM yöntemi ile iki aşamalı yaklaşım kullanılarak analiz edilmiştir. Önce ölçüm modelinin geçerlilik ve güvenilirlik sonuçları, daha sonra yapısal model tahmin edilerek hipotezler ve gizil değişkenler arasındaki yollar değerlendirilmiştir.

Bulgular: Analiz sonuçları ölçüm modelinin geçerli ve güvenir olduğunu desteklemektedir. Yapısal model sonucuna göre fitness üyelerinin algıladıkları topluluk hissi ile algılanan değer arasında pozitif yönde anlamlı ilişki gözlemlenmiştir. Benzer bir ilişki algılanan değer, tatmin ve tatmin ve davranışsal niyet arasında da tespit edilmiştir.

Sonuç: Kuramsal olarak geliştirilen modele göre fitness merkezleri üyelerine o merkezdeki topluluğun bir üyesi olduğunu hissettirecek şartları sağlamalıdır. Farklı bir ifade ile fitness üyesinin, üyesi olduğu işletme tarafından topluluk hissi konusunda beklentisinin karşılanması üyelik ve aidiyet bilincinin artmasına, bunun sonucu algıladığı değerin olumlu gelişmesine, üyesi olduğu işletmeden tatmin olmasına ve işletmenin arzu ettiği davranışsal niyetin ortaya çıkmasına neden olabileceği anlaşılmaktadır.

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF COMMUNITY, PERCEIVED VALUE, SATISFACTION, AND BEHAVIORAL INTENTION BY MEANS OF PLS-SEM IN THE FITNESS MEMBERS

Introduction: Fitness sustains its feature to become an enormously growing sector in the America, Europe, and world every year. The number of business, number of member, market volume increase every passing day. In

spite of this growth, competition gradually becomes difficult. Fitness centers, to be able to struggle in such a competitive industry, have to understand the factors affecting the behaviors of their members related to consumption and the relationship between them. In the previous studies, it was examined the relationships of the structures such as service quality, service experience, quality of experience with consumption behaviors, and fitness centers developed strategies according to these results. However, for that fitness center differs and its success, it is necessary to develop the models examining the relationship of different structures with consumption behavior. Therefore, in this study, it was aimed to study the theoretical model examining the relationship between sense of community, perceived value, satisfaction, and behavioral intention.

Method: 384 people, selected by convenience sampling method from the different fitness centers in 2019 spring and fall seasons, participated in the study. The data were collected by using face to face interview technique via survey. In the first section of the survey, Sense of Community in Sport Instrument was given place and, in the second section, the items measuring the perceived value, satisfaction, and behavioral intention. The data were analyzed by PLS-SEM by using two-stage aprroach, since multivariable normality cannot be provided. Firstly predicting the validity and reliability results and later, structural model, the ways between hypotheses and hideen variables were evaluated.

Results: Analysis results support that measurement model is valid and reliable. According to the result of structural model, it was observed that there was a positive relationship between community feeling fitness members perceived and perceived value. A similar relationship was also identified between perceived value and satisfaction, and between satisfaction and behavioral intention.

Conclusion: According to the theoretically developed model, conditions should be provided for the members of fitness centers, who they will feel the member of community in that center. In other word, the needs of the member of fitness center should be met from business branch, whose he/she is member, at a satisfied level, and his/her membership and belonging consciousness should be enhanced. As a result of this, his/her value, satisfaction, and behavioral activities to business develops.

SB489

GENÇ AKADEMİSYENLERİN BOŞ ZAMAN DEĞERLENDİRME FAALİYETİ OLARAK SOSYAL MEDYA KULLANIMLARININ İNCELENMESİ

***[1]Sevim KÜL AVAN*, [2]Suat KARAKÜÇÜK**

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi, Nevşehir, Türkiye
[2]Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon, Ankara, Türkiye

***Email :** sevim.kul@nevsehir.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Günümüzde teknolojilerin hızla yaygın hale gelmesiyle birlikte, bilgisayar, internet, cep telefonu ve özellikle de sosyal medya ile insanların ilişkisini inceleyen çalışmalar artmıştır. Bu çalışmanın amacı, genç akademisyenlerin boş zamanlarında sosyal medya araçlarını kullanma durumları, kullanma nedenleri, kullanma sıklıklarını belirlemek, demografik özellikleri ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi tespit etmektir.

Yöntem: Çalışma evrenini İç Anadolu bölgesinde bulunan dört üniversitenin araştırma görevlisi akademisyenleri oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında online anket yöntemi uygulanmıştır. Ankette demografik özelliklere yönelik soruların yanı sıra, Deniz ve Tutgun Ünal (2019)'ın geliştirdiği ''Sosyal Medya Kullanım Ölçeği'' yer almaktadır. Verilerin analizinde istatistik paket programlarıı kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans ve yüzde dağılımları yapılmıştır. Cinsiyet, yaş, medeni durum ve ünvanın sosyal medya kullanımı ve alt boyutları ile ilişkisini belirlemek için bağımsız T testi, bilimsel alanı, sosyal medyayı kullanma nedenleri, kullanma sıklıkları ile sosyal medya kullanımı ölçeği alt boyutları arasında ilişkiyi belirlemek için ise ANOVA Testi yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmamızda ulaşılan bulgulara göre katılımcıların %94,6' sı sosyal medya aracı kullandığı, %5,4'ünün kullanmadığı görülmüştür. Bunun yanında katılımcıların % 71'inin sosyal medyaya 5 yıl ve üzeri yıldır üye olduğu,% 60,7'sinin günde 1-3 saat arasını sosyal medyada geçirmekte olduğu ve %44,9'ünün sosyal medyayı gündemi takip etme amacıyla kullandığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Sonuç: Günümüzde boş zaman faaliyeti olarak bir alışkanlık haline gelen sosyal medyanın çalışan bireylerin günlük hayatlarında ne kadar yer aldığı önemli bir bilgi olarak görülmektedir. Çalışmanın sonucundan gençler üzerinde sosyal medya kullanımının fazla olduğu gibi akademisyenler üzerinde de yaygın olduğu belirlenmiştir. Akademisyenlerin işten arta kalan boş zamanları çerçevesinde sosyal medyayı aktif şekilde kullandığı gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Boş zaman, Sosyal medya, Sosyal ağ

Examination Of Young Academics' Use Of Social Media As A Leisure Activity

Introduction and Purpose: Today, with the rapid spread of technologies, the relationship of people with computers, the internet, mobile phones, and especially social media is examined. This study aims to determine the use of social media tools by young academics in their spare time, the reasons for using them, their frequency of usage, and the relationship between their demographic characteristics and social media usage.

Method: Research assistants from four universities in the Central Anatolia region constitute the universe of the study. An online survey method was used to collect data. In the questionnaire, in addition to the questions about

demographic characteristics, the "Social Media Usage Scale" developed by Deniz and Tutgun Ünal (2019) is included. Statistical software package programs were used in the analysis of the data. Frequency and percentage distributions were made in the analysis of the data. An independent T-test was conducted to determine the relationship between gender, age, marital status, and title with social media use and its sub-dimensions and ANOVA test was conducted to determine the relationship between academicians' scientific field, the reasons for using social media, their frequency of use, and the sub-dimensions of the social media usage scale.

Results: According to the findings of our research, 94.6% of the participants use social media tools while 5.4% don't use any social media. In addition, it was found that 71% of the participants have been social media users for 5 years and more, 60.7% spend 1 to 3 hours in a day on social media and 44.9% use social media to follow news.

Conclusion: It is important to see how much time working people spend on social media which has become a habit as a leisure activity. As a result of the study, it was determined that the use of social media is high among young people as well as among academics. It has been observed that academics actively use social media outside of work hours.

Keyword: Leisure, Social media, Social network

SPOR BİYOMEKANİĞİ VE KİNESİYOLOJİ / SPORT BIOMECHANICS AND KINESIOLOGY

SB27

AKARSU KANO VE KÜREK SPORCULARININ POSTÜR ANALİZİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Aydın BALCI*, [2]Bihter AKINOĞLU, [3]Tuğba KOCAHAN, [3]Adnan HASANOĞLU**

[1]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, Ankara
[2]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon, Ankara
[3]Gençlik Ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, Ankara

***Email :** aydinbalci1985@hotmail.com, rgkardelen@yahoo.com, tugba.kocahan@gsb.gov.tr, ahasanoglu@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Sporcularda sık tekrarlanan hareketler nedeniyle bazı postüral adaptasyonlar gelişebilmektedir. Kürek, sporcuların durgun suda alt ve üst ekstremite kaslarını kullanarak yaptığı bir spordur. Kürekte sporcu oturma yönünün tersine hareket etmektedir. Akarsu kanoda ise sporcular ellerinde tek tarafı bıçaklı bir kürek ile oturma yönüne göre hareket etmektedir. Branşlar arasındaki farkın postür üzerinde etkisinin bulunacağı hipoteziyle, çalışmanın amacı akarsu kano ve kürek sporcularda postür analizinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya aynı spor yılına sahip 16 akarsu kano sporcusu ile 17 kürek sporcusu olmak üzere toplam 33 sporcu dahil edildi. Sporcuların postür analizi DIERS formetik 4D postür sistemi ile yapıldı. Değerlendirme, cihazın kullanım kılavuzundaki pozisyonda yapıldı. Bu analiz sonucunda sporculardan elde edilen veriler kaydedildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent Samples T-test Mann Whitney-U testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Kürek sporcularının boy uzunluklarının ve vücut ağırlıklarının kano sporcularına göre saha fazla olduğu belirlenirken, yaş, vücut kütle indeksi ve spor yıllarının istatistiksel olarak benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$). Kano ve kürek sporcularının postür analizlerinin karşılaştırılması sonucunda, sporcuların sagittal imbalans, koronal imbalans, pelvis asimetrisi, pelvis torsiyonu, pelvik inklinasyon, pelvis rotasyonu, lumbal lordoz açısı, torakal kifoz açısı ve gövde torsiyonunun benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$).

Sonuç: Çalışmamızda akarsu kano ve kürek sporcularının postür analizlerinin benzer olduğu belirlendi. Bu bulgulara göre, iki branşın teknik farklara rağmen benzer kas gruplarını çalıştırdığı; iki branşta da sporcuların sağ-sol taraflarını eşit olarak kullandığı düşünülmektedir.

Comparison Of Posture Analysis Of Slalom Canoe And Rowing Athletes

Introduction and Objective: Some postural adaptations may develop in athletes due to frequently repetitive movements. Rowing is a sport performed in flat water using the lower and upper extremities muscles. In rowing, the athlete moves against the direction of sitting. In the slalom canoeing, the athletes move according to the sitting direction with a single side blade paddle in their hands. With the hypothesis that the difference between branches will have an effect on posture, the aim of the study is to compare posture analysis in river canoe and rowing athletes.

Method: A total of 33 athletes, 16 slalom canoe athletes and 17 rowing athletes, were included in the study. Posture analysis of the athletes was performed using the DIERS formetric 4D posture system. The evaluation

was made at the position in the user manual of the device. As a result of this analysis, the data obtained were recorded. Independent Samples T-test or Mann Whitney-U test was used according to compare the parameters obtained from the athletes. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: It was determined that the height and body weights of rowing athletes were higher than canoe athletes, while age, body mass index and sports years were statistically similar ($p > 0.05$). As a result of the comparison of posture analysis of canoe and rowing athletes, it was determined that sagittal imbalance, coronal imbalance, pelvis asymmetry, pelvis torsion, pelvic inclination, pelvis rotation, lumbar lordosis angle, thoracic kyphosis angle, and trunk torsion were found to be similar ($p > 0.05$).

Conclusion: In our study, it was determined that the posture analyzes of slalom canoe and rowing athletes were similar. According to these findings, the two branches exercise similar muscle groups despite technical differences; It is thought that athletes use the right and left sides equally in both branches.

SB28

AKARSU VE DURGUN SU KANO SPORCULARINDA STATİK VE DİNAMİK DENGENİN KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Aydın Balcı

[1]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Yenimahalle Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, Spor Hekimliği, Ankara

Giriş ve Amaç: Denge dış etkilere karşı vücudun verdiği reaksiyonlar ile şekillenebilir. Literatürde farklı yüzeylerde yapılan antrenmanların dengeyi etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmanın amacı farklı zeminlerde spor yapan akarsu ve durgun su kano sporcularının statik ve dinamik denge becerilerinin karşılaştırılmasıdır.

Yöntem: Çalışmaya 18 akarsu ve 22 durgun su kano sporcusu olmak üzere toplam 40 sporcu dahil edildi. Sporcuların statik ve dinamik denge ölçümleri HUR denge cihazı (HUR Oy, Kokkola, Finland) ile değerlendirildi. Statik denge ölçümü sert ve yumuşak zeminde, gözler açık ve gözler kapalı olarak Rhomberg pozisyonunda 30 sn protokolü ile değerlendirildi. Dinamik denge ölçümü sert zeminde her iki ayak yerde olacak şekilde cihaz tabanında belirtilen Rhomberg pozisyonunda ön, arka, sağ ve sol olmak üzere dört tarafın her birine sekiz sn boyunca uzanması istenerek uzanabildiği mesafe kaydedildi. Sporculardan elde edilen parametrelerin karşılaştırılmasında dağılım durumuna göre Independent Samples T-Test veya Mann Whitney-U testi kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık değeri $p<0,05$ olarak alındı.

Bulgular: Akarsu ve durgun su kano sporcularının statik denge becerisinin ve statik duruş sırasında sağ ve sol ayağa ağırlık aktarma durumlarının benzer olduğu belirlendi ($p>0,05$). Sporcuların dinamik denge değerlendirmesi sonucunda akarsu kano sporcularının öne daha az uzanabildikleri arkaya ise daha fazla uzanabildikleri belirlenirken ($p<0,05$), sağ ve sol tarafa doğru uzanma arasında akarsu ve durgun su kano sporcuları arasında fark olmadığı belirlendi ($p>0,05$).

Sonuç: Akarsu kano sporcularının öne doğru uzanma dengesinin durgun su kano sporcularına göre daha az olduğu ve arkaya doğru uzanmalarının daha fazla olduğu belirlendi. Akarsu slalom ve durgun su sprint kano yarışmalarında sporcuların duruşları arasında fark bulunmaktadır. Durgun su sprint yarışlarında sporcular bir alt ekstremitenin dizi ile diğer alt ekstermitenin ayak tabanı üzerinde durmaktadır. Akarsu slalom yarışlarında ise sporcular her iki ekstremitede de dizleri üzerinde durmaktadırlar. Dinamik denge becerisi arasındaki farkın nedeninin bu olduğu düşünülmüştür.

Comparison Of Static And Dynamic Balance In Sprint And Slalom Canoeing Athletes

Introduction and Objective: Balance can be formed by the body's reactions to external influences. There are various studies showing that training on different surfaces affects balance. The aim of this study is to compare the static and dynamic balance skills of sprint and slalom canoeing athletes that performing on different surfaces.

Method: A total of 40 athletes, 18 slalom canoeing and 22 sprint canoeing athletes, were included in the study. Static and dynamic balance of the athletes were evaluated with the HUR balance device (HUR Oy, Kokkola, Finland). Static balance measurement was evaluated with 30-sec protocol in Rhomberg position with eyes open and eyes closed on a hard and soft surface. Dynamic balance measurement was recorded on the hard surface, in

the Rhomberg position indicated on the base of the device, by asking to reach on each of the four sides. Obtained data was recorded. Independent Samples T-Test or Mann Whitney-U test was used for statistical analysis. Statistical significance value was taken as $p < 0.05$.

Results: It was determined that the static balance of the slalom and sprint canoe athletes and their transferring weight to the right and left feet during static stances were similar ($p > 0.05$). As a result of the dynamic balance evaluation of the athletes, it was determined that slalom canoe athletes could reach less forward and reach back more ($p < 0.05$), while there was no difference between slalom and sprint canoe athletes in the right-left directions ($p > 0.05$).

Conclusion: It was determined that slalom canoe athletes had less balance of leaning forward than sprint canoe athletes and they had more backward leaning. There is a difference between the positions on the canoe of the athletes in slalom and sprint canoeing competitions. It is thought that this is the reason for the difference between dynamic balance ability.

SB58

SPORCU DENEYİM DÜZEYİNİN GÖZ TAKİP STRATEJİLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: BADMİNTONDA SERVİS ATIŞ ÖRNEĞİ

***[1]Semra Bıdıl*, [1]Ece Ayaz, [1]Deniz Şimşek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

***Email :** badminton26@gmail.com, eceayaz12@gmail.com, deniz_yenigelen26@hotmail.com*

Amaç: Bu araştırmada farklı deneyim düzeyine sahip profesyonel ve amatör badminton oyuncularının başarılı forehand yüksek ve kısa servis sırasında göz takip stratejileri incelenmiştir.

Yöntem: Bu amaçla çalışmaya görme bozukluğu veya patolojisi olmayan 12 profesyonel ve 8 amatör, toplam 20 badminton oyuncusu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların görsel takip stratejileri Tobii Pro Glasses 2 marka göz takip cihazı ile kaydedilmiştir. Sistem, bakış açısını, entegre kameraya göre binoküler kornea yansımasının bir video görüntüsüne kaydederek çalışmakta, gözbebeğinin ilgili pozisyonunu ve kornea yansımasını ölçmektedir. Verilerin analizi için SPSS 23.0 paket programı kullanılmıştır. Her sporcunun toplamda 20 başarılı atışı (5 forehand= yüksek servis; 5 forehand=kısa servis; 5 backhand= yüksek servis; 5 backhand=kısa servis) kayıt edilmiştir. Başarılı ve başarısız atışlarda kaydedilen verilerin normal dağılımı Shapiro-Wilk testi ile kontrol edilmiştir. Başarılı ve başarısız atışlardaki tüm veriler bağımsız örneklemler t-Testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Profesyonel grubun başarılı backhand yüksek ve kısa servis sırasındaki QE sureleri sırasıyla ~935ms ve 901ms, başarılı forehand yüksek ve kısa servis sırasındaki QE sureleri sırasıyla ~911ms ve 913ms; amatör grubun başarılı backhand yüksek ve kısa servis sırasındaki QE sureleri sırasıyla ~426ms ve 333ms, başarılı forehand yüksek ve kısa servis sırasındaki QE sureleri sırasıyla ~425ms ve 294ms olarak belirlenmiştir. Araştırma bulguları profesyonel badminton oyuncularının amatör badminton oyuncularına göre istatistiki anlamda daha uzun süreli dingin göz (QE) geliştirdiklerini ortaya koymaktadır($p<0.001$).

Araştırma sonucunda elde edilen bilgiler, profesyonel badmintoncuların QE sürelerinin belirlenmesi ile profesyonel sporcuların sergiledikleri bu görsel stratejilerin amatör-orta düzey sporculara öğretilmesi açısından büyük önem taşıyacağı düşünülmektedir. Görsel stratejinin kazandırılabilmesi için Dingin Göz antrenmanlarına ihtiyaç olduğu belirlenmiştir.

The Effect Of The Experience Level Of The Sportsperson (Athlete) On Eye Tracking Strategies:A Sample Of Service Shooting In Badminton

Purpose: In this study, professional and amateur badminton players' eye tracking strategies during the successful forehand high and short service shooting were examined.

Method: 12 professional and 8 amateur badminton players who do not have any visual impairment or pathology voluntarily participated in this study. Badminton players' eye tracking strategies were recorded by Tobiii Pro Glasses 2 brand eye tracking device. The system works by recording the viewing angle on a video image of the binocular corneal reflection relative to the integrated camera, measuring the relative position of the pupil and the corneal reflection. In order to analyze the data, SPSS 23.0 package program was used. A total of 20 successful shots of each athlete (5 forehand = high serves; 5 forehand = short serves; 5 backhand = high serves; 5

backhand = short serves) were recorded. The normal distribution of data recorded in successful and unsuccessful shots was checked with the Shapiro-Wilk test. All data on successful and unsuccessful shots were analyzed by independent samples t-Test.

Results: Professional players' QE duration during succesful backhand high and short services were ~935ms and 901ms, QE duration during succesful forehand high and short services were ~911ms and 913ms; amateur players' QE duration during succesful backhand high and short services were ~426ms and 333ms, QE duration during succesful forehand high and short services were ~425ms and 294ms. Research findings reveal that professional badminton players develop a statistically longer calm eye (QE) than amateur badminton players ($p<0.001$).

The results of the study is of great importance in terms of determining the QE times of professional badminton players and teaching these visual strategies exhibited by professional athletes to amateur-intermediate level athletes. It has been determined that Serene Eye training is needed to gain visual strategy.

SB119

FARKLI DENEYİM DÜZEYİNİN GÖRSEL STRATEJİ DEĞERLENDİRMELERİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ: FUTBOL ÖRNEĞİ

***[1]Evrensel Heper*, [1]Ece Ayaz, [1]Erkan Akdoğan, [1]Deniz Şimşek**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** eheper@eskisehir.edu.tr, eceayaz12@gmail.com, eakdogan@eskisehir.edu.tr, ds@eskisehir.edu.tr*

Gerçekleştirilen çalışmada deneyimli (n=14) ve deneyimsiz (n=15) futbol oyuncularında teknik beceri ve görsel strateji değerlendirmelerinin dripling performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada katılımcıların reaksiyon zamanı düzeylerini belirlemek için FitLight Trainer sistemi kullanılmıştır. Dribling mesafe süreleri Elektronik Timing System cihazı ile ölçülmüştür. Sporcuların görsel arama davranışı Tobii Pro Glasses 2 marka göz takip cihazı ile kaydedilmiştir. Her iki grup taşınabilir göz takip cihazı ile görsel sinyal zorluk düzeyindeki top sürme testini gerçekleştirmiştir. Video kayıtları Tobi Pro Lab analiz yazılımına aktarılmıştır. Tobi Pro Lab yazılım sayesinde ham veriler işlenerek dripling (protokol 1-4) sırasındaki fiksasyon sayısı, fiksasyon süresi iki grup için karşılaştırılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogrov-Smirnov testi ile analiz edilmiştir. Normal dağılım sonuçlarına göre gruplar arasında fark bağımsız örneklem t-Testi ile gerçekleştirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi p<0,05 olarak belirlenmiştir. Araştırma sonuçları göre test protokolüne görsel sinyal eklendiğinde sporcuların hepsi daha yavaş top sürmüşlerdir (p<0.05). Elit futbolcular tüm testleri elit olmayan futbolculardan daha hızlı gerçekleştirmişlerdir (p<0.05). Tüm testlerde ortalama görsel hata sayısının deneyimli futbolculardan daha düşük olduğu görüldü (p<0.05). Fiksasyon bölgesi sayısı için grubun önemli bir etkisi (deneyim) gözlenmiştir. Deneyimli futbolcuların, parkurun başına ve sonuna yerleştirilen hedef alanlara, daha az deneyimli futbolculara göre daha fazla sayıda sabitlendikleri tespit edildi. Ayrıca, daha az deneyimli grup, top / ayak bölgesindeki önemli oranda daha fazla fiksasyon yüzdesi sunmuştur. Bu bulgular, deneyimli oyuncuların acemilere göre daha verimli bir arama stratejisi kullanabileceğini ve belirli yerlerdeki daha az sayıda alana sabitlenmeyi içerebileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, bu sonuçlar görsel sinyal ile birlikte top sürme becerisinin deneyimli ve daha az deneyimli futbol oyuncularının karşılaştırlmasının önemini ortaya koymaktadır.

Effects Of Different Experience Levels On Visual Strategy Evaluations: The Example Of Soccer

The purpose of the study was to examine the effect of technical skills and visual strategy evaluations on dribbling performance in experienced (n=14) and inexperienced (n=15) soccer players. FitLight Trainer system was used to determine the reaction time levels of the participants in the study. Dribbling distance times were measured with the Electronic Timing System. Visual search behavior of soccer players was recorded with Tobii Pro Glasses 2 eye tracker. Both groups performed the dribbling test at visual signal difficulty level with portable eye tracker. Video recordings were transferred to Tobi Pro Lab analysis software. Raw data were processed by Tobi Pro Lab software and the fixation number and fixation time during dribbling (protocol 1-4) were compared for the two groups. The compliance of the data to normal distribution was analyzed with the Kolmogrov-Smirnov test. The difference between the groups according to the results of normal distribution was realized with the independent sample t-test. The level of statistical significance was set at p < 0.05. The result of the study showed that when visual signals were added to the test protocol, all of the players dribbled more slowly (p <0.05). Elite soccer players performed all tests faster than non-elite players (p <0.05). It was observed that the average number of visual errors in all tests was lower than experienced soccer players (p <0.05). A significant influence (experience) of the group was observed for the number of fixation sites. It was determined that experienced soccer players

were fixed more in the target areas placed at the beginning and end of the course than less experienced soccer players. Also, the less experienced group presented a significantly greater percentage

SB153

FUTBOLCULARDA NORDIC CURL VE PRONE LEG CURL EGZERSİZLERİNE VERİLEN EMG YANITLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Merve Nur YASAR, [1]Onur ÇAKIR , [1]Murat ÇİLLİ

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : *merveyasar@subu.edu.tr, cakirron@gmail.com, mcilli@subu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Hamstring kas gurubuna yönelik sakatlıkların önlenmesi ve rehabilitasyonunda bazı egzersizlerin saha koşullarında beden ağırlıkları ile bazı egzersizlerin ise ağırlık salonlarında makinalar ile gerçekleştirildiği gözlenmektedir. Makinalar ya da beden ağırlığı ile gerçekleştirilen egzersizlerin farklı etkiler oluşturabileceği bilinmektedir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın amacı iki ayrı mekaniğe sahip nordic curl ve leg curl egzersizlerine verilen EMG yanıtlarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma grubunu, çalışmaya engel teşkil edecek bir sakatlığı olmayan amatör U-19 futbol takımında yer alan 20 gönüllü sporcu (mean ± SD yaş; 17.3±0.80, boy; 178±0.06 cm, weight; 68.3±8.34, BMI; 21.7± 2.51, vücut yağ oranı; 11.86±4.30) oluşturmaktadır. Sporcular rastgele sıra ile nordic curl ve prone leg curl hareketlerini içeren 6 tekrardan oluşan egzersizleri gerçekleştirmişlerdir. Egzersizlere verilen kas yanıtlarının incelenmesi amacıyla semimemranosus, semitendinosus, biceps femoris ve rectus femoris kaslarına ait EMG verileri 8 kanallı elektromiyografi ile kaydedilmiştir. Ham EMG verileri maksimal izometrik kasılmadaki EMG verileri kullanılarak MVC% değerleri hesaplanmıştır. Çalışmada MVC% değerleri üzerinden 5 ayrı yüklenme şiddet aralığı (%0-%20, %20-%40, %40-%60, %60-%80 ve %80+) oluşturulmuştur. Her iki egzersiz türüne verilen kas yanıtlarının karşılaştırılmasında toplam aktivasyon süresi, kümülatif integrated EMG verileri ve MVC% değerlerine göre belirlenen 5 yüklenme aralığındaki aktivasyon yüzdeleri kullanılmıştır. Verilerin analizinde Wilcoxon İşaretli Sıralar testi uygulanmıştır.

Bulgular: Prone leg curl ve nordic curl hareketlerinin toplam gerçekleşme sürelerine baktığımızda leg curl daha kısa sürede gerçekleşmiştir. Cumulative emg veri sonuçlarına göre sağ bacak rectus femoris ve sol bacak biceps femoris kaslarının leg curl aktivitesi sırasında daha fazla aktivite gösterdiği gözlemlendi. %0-%20 şiddet aralığında nordic curl hareketinde daha yüksek kas aktivitesi gözlemlenmiştir.%20- %40, %40-%60, %60-%80 ve %80 ve üzerindeki şiddet aralığında ise leg curl aktivitesi daha yüksektir.

Sonuç: Kısa sürede yüksek kas aktivasyonu sağlayamak için prone leg curl egzersizleri tercih edilebilir.

Anahtar Kelimeler: hamstring, kas aktivitesi, EMG, nordic curl, prone leg curl, performans, futbol

Bu çalışma TUBITAK 2209A 2019/2 Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı Tarafından Desteklenmektedir.

EMG RESPONSES TO NORDIC CURL AND PRONE LEG CURL EXERCISES IN FOOTBALL PLAYERS

Introduction and purpose: It is known that exercises performed with machines or body weight could have different effects. Therefore, the aim of this study is to examine the EMG responses to nordic curl and prone leg curl exercises, having two different mechanics.

Method: The study group was comprises of 20 volunteer athletes (mean ± SD age; 17.3 ± 0.80, height; 178 ± 0.06 cm, weight; 68.3 ± 8.34, BMI; 21.7 ± 2.51, body fat ratio; 11.86 ± 4.30) fromin the amateur U-19 football team that do not have disability that would interfere with the study. The performing athletes carried out exercises, including nordic curl and prone leg curl movements, with 6 repetitions in random order. EMG data of semimemranosus, semitendinosus, biceps femoris and rectus femoris muscles were recorded by 8-channel electromyography in order to examine the muscle responses to exercises. MVC% values were calculated using raw EMG data and EMG data at maximal isometric contraction. In this study, 5 different load intensity ranges (0% -20%, 20% -40%, 40% -60%, 60% -80% and 80% +) were created over MVC% values. Total activation time, cumulative integrated EMG data and activation percentages in 5 loading intervals determined according to MVC% values were used to compare muscle responses to both types of exercise. Wilcoxon Signed Ranks test used to analyze the data.

Results: Given the total accruing times of prone leg curl and nordic curl movements, leg curl performed in a shorter time. According to the cumulative EMG data results, it was observed that the right leg rectus femoris and left leg biceps femoris muscles demonstrated more activity during leg curl exercise. Accordingly higher muscle activity was observed in nordic curl movement in the intensity range of 0% -20%. Leg curl activity is higher in the intensity range of 20% -40%, 40% -60%, 60% -80% and 80% and above. Conclusion: In order to provide high muscle activitation in a short period, prone leg curl exercises could be preferred.

Keywords: hamstring, muscle activity, EMG, nordic curl, prone leg curl, football

This study was supported by the TUBİTAK 2209A 2019/2 University Students Research Projects Support Program.

SB155

FUTBOLCULARDA NORDIC CURL VE PRONE LEG CURL EGZERSİZLERİ SIRASINDA DOMİNANT VE NONDOMİNANT BACAKLARA VERİLEN EMG YANITLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

[1]Onur ÇAKIR **, *[1]Merve Nur YAŞAR, [1]Murat ÇİLLİ***

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya

Email : *cakirron@gmail.com, merveyasar@subyu.edu.tr, mcilli@subu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Literatür incelendiğinde egzersizlere verilen kas yanıtlarının dominant ve non dominant bacaklarda farklılık gösterdiği çalışmalara rastlanmıştır. Bu çalışmada futbolcularda sık kullanılan nordıc curl ve leg curl egzersizleri sırasında domınant ve nondominant bacağa verilen EMG yanıtlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma grubunu, çalışmaya engel teşkil edecek bir sakatlığı olmayan amatör U-19 futbol takımında yer alan 20 gönüllü sporcu (mean ± SD yaş; 17.3±0.80, boy; 178±0.06 cm, weight; 68.3±8.34, BMI; 21.7± 2.51, vücut yağ oranı; 11.86±4.30) oluşturmaktadır. Sporcular rastgele sıra ile nordic curl ve prone leg curl hareketlerini içeren 6 tekrardan oluşan egzersizleri gerçekleştirmişlerdir. Dominant ve nondominant bacaklara verilen kas yanıtlarının incelenmesi amacıyla semimemranosus, semitendinosus, biceps femoris ve rectus femoris kaslarına ait EMG verileri 8 kanallı elektromiyografi ile kaydedilmiştir. Ham EMG verileri maksimal izometrik kasılmadaki EMG verileri kullanılarak MVC% değerleri hesaplanmıştır. Çalışmada MVC% değerleri üzerinden 5 ayrı yüklenme şiddet aralığı (%0-%20, %20- %40, %40-%60, %60-%80 ve %80+) oluşturulmuştur. Dominant ve nondominant bacaklara verilen kas yanıtlarının karşılaştırılmasında MVC% değerlerine göre belirlenen 5 yüklenme aralığındaki aktivasyon yüzde değer aralıkları karşılaştırılmıştır. Verilerin analizinde Wilcoxon İşaretli Sıralar testi uygulanmıştır.

Bulgular: Prone leg curl hareketi esnasında sadece semitendinos kası %0-%20 şiddet aralığında dominant bacakda , %60-%80 şiddet aralığında ise nondominant bacakda daha yüksek kas aktivasyonu göstermiştir. Nordic curl hareketi esnasında semitendinosus kası %0- %20 şiddet aralığında, semimembranosus kası %80 ve üzeri şiddet aralığında dominant bacakta daha yüksek kas aktivasyonu göstermiştir. Semitendinosus kası %60-%80 şiddet aralığında nondominant bacakta daha yüksek kas aktivasyonu göstermiştir.

Sonuç: Her iki egzersizin geneline baktığımızda dominant ve nondominant bacak arasında çok büyük farklılıklar olmadığı ve hareketin dengeli bir kas aktivasyonu gerçekleştirdiği gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Dominant, non-dominant , EMG, hamstring, kas aktivasyonu, futbol

EMG RESPONSES OF THE DOMINANT AND NON-DOMINANT LEGS DURING NORDIC CURL AND PRONE LEG CURL EXERCISES IN FOOTBALL PLAYERS

Introduction and Aim: When the literature is examined, there are studies demonstrating dominant and non-dominant legs' muscle responses to exercises differ. This study aims to examine EMG responses of the dominant and non-dominat legs during nordic curl and prone leg curl exercises commonly used by football players. Method: The study group Comprises of 20 volunteer athletes (mean ± SD age; 17.3 ± 0.80, height; 178 ± 0.06 cm,

weight; 68.3 ± 8.34, BMI; 21.7 ± 2.51, body fat ratio; 11.86 ± 4.30) from the amateur U-19 football team that do not have any disability that would interfere with the study. 2.51, body fat ratio; 11.86 ± 4.30). The performing athletes carried out exercises including nordic curl and prone leg curl movements with 6 repetitions in a random order.EMG data of semimembranosus, semitendinosus, biceps femoris and rectus femoris muscles were recorded by 8-channel electromyography to examine the muscular responses to the dominant and non-dominant legs. MVC% values were calculated using raw EMG data and EMG data at maximal isometric contraction. In this study, 5 different load intensity ranges (0% -20%, 20% -40%, 40% -60%, 60% -80% and 80% +) were created over MVC% values. In the comparison of muscle responses to dominant and non-dominant legs, activation percentage value ranges in 5 loading ranges determined according to MVC% values were compared. Wilcoxon Signed Ranks test was used to analyze the data.

Results: During prone leg curl movement, only semitendinosus muscle showed higher muscle activation in the dominant leg in the intensity range of 0% -20% and the nondominant leg in the intensity range of 60% -80%. During the nordic curl movement, the semitendinosus muscle showed higher muscle activity in the intensity range of 0% -20%, and the semimembranosus muscle in the intensity range of 80% and above in the dominant leg. Semitendinosus muscle showed higher muscle activation in the nondominant leg in the intensity range of 60% - 80%.

Conclusion: Given general of both exercises, it has been observed that there is not much difference among dominant and non-dominant legs and the movement performs a balanced muscle activation.

Keywords: Dominant, non-dominant, EMG, hamstring, muscle activation, football

SB361

SPOR PERFORMANSINDA İNİŞ MEKANİĞİ VE YARALANMA RİSKLERİ

***[1]Çiğdem Bulgan*, [2]Mustafa Arslan Başar**

[1]Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, İSTANBUL
[2]Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu

***Email :** cigdembulgan@gmail.com, m.aslanbasar@gmail.com*

Sportif bir harekette inişler, bir havalanma hamlesinden sonra, ister koşu esnasında, isterse bir topu yakalamak için sıçradıktan sonra tek bacaklı iniş veya bir sörf tahtası gibi dengesiz bir yüzeye iniş yapmak gibi son derece yaygın bir atletik manevradır. Yerçekimi ivmesinden dolayı, her sıçramayı mutlaka bir iniş izleyecektir. Bir iniş görevi sırasında, sporcunun kütle merkezinin (KM) hareketini değiştirmesi gerekir. Bu senaryolarda başarı, sporcunun hareketlerini çevrede bulunan bilgilerle birleştirmesine ve belirli iniş görevi sırasında bu hareketleri kısıtlamasına dayanır. Bu çalışma, spor performansında iniş mekaniğinin incelenmesi ve yaralanma risklerinin anlatılması amacıyla derleme şeklinde planlanmıştır.

İniş mekaniğinde, sporcunun yere temas etmesi durumunda, KM'nin yalnızca zemin reaksiyon kuvveti tarafından etkilendiği dikey harekete sahip olduğunu varsayabiliriz. Bu durumda iniş görevinin mekaniği, sıçrayışın uygulanmasıyla ilişkili mekaniğin tam tersidir. Uçuş aşaması sırasında KM tarafından elde edilen yükseklikle tanımlanan sıçrama performansı, kalkış sırasında KM'nin sahip olduğu momentuma bağlıdır ve sıçramanın itiş fazı sırasında istenen momentumu elde etmek için uygun impulse üretmesi gerekir. Sonraki iniş sırasında, KM'nin momentumu azaltılmalıdır, bu da KM'ye etki eden momentum büyüklüğünde eşit ve zıt yönde etki eden bir impulse gerektirmektedir. Impulse-momentum ilişkisini kullanarak iniş sırasında CM'nin hareketini durdurmak için gereken zemin reaksiyonu itişinin büyüklüğünü belirlemek için kullanabiliriz.

Uygun iniş mekanizması, sadece mekanik olarak eylemin gerçekleşmesi değil, aynı zamanda sporcuyu yaralanma riskinden korumak için de önemlidir. Çalışmalar, inişte yüksek etki gücünün alt ekstremite farklı eklem yaralanmalarında, özellikle de ön çapraz bağ yaralanmalarında risk faktörü olabileceğini göstermiştir. İniş aktivitesi sırasında yer reaksiyon kuvvetinin azalması ile diz fleksiyon açısının artışı, darbe kuvvetini ve diz eklem stresini en aza indirebilecek ve bu riskleri azaltabilecektir. Sonuç olarak, iniş performansının iyileştirilmesi oldukça önemlidir. Emilim sırasında artan alt vücut eklem fleksiyonu; Uçuş sırasında kolların kullanımı ve yük emilimi; Tek ayak inişlere göre iki ayak üzerine inişlerin tercihi; Kassal kuvvetin iyileştirilmesi; İniş yüzeyi ve ayakkabı seçimi gibi stratejilerin planlanarak iniş mekaniklerinin geliştirilmesi planlanmalıdır.

LANDING MECHANICS AND INJURY RISKS IN SPORTS PERFORMANCE

Landing in a sports movement is an extremely common athletic maneuver, such as a one-legged landing after a take-off move, either running or jumping after jumping to catch a ball, or landing on an unstable surface such as a surfboard. Due to the acceleration of gravity, every jump will be followed by a descent. During a landing mission, the athlete must change the movement of the center of mass (CM). In these scenarios, success relies on combining the athlete's movements with the information available in the environment and restricting these movements during the particular landing mission. This study was planned as a review in order to examine the landing mechanics in sports performance and to explain the injury risks.

In landing mechanics, we can assume that if the athlete touches the ground, the CM only has vertical movement in which it is affected by the ground reaction force. The mechanics of the landing mission in this case are the opposite of the mechanics associated with the execution of the jump. The jump performance, defined by the height achieved by CM during the flight phase, depends on the momentum the CM has during take-off and the jump must generate the appropriate impulse to achieve the desired momentum during the pushing phase. During the next landing, the momentum of CM must be reduced, requiring an impulse acting equally and opposite in the magnitude of the momentum acting on the CM. Using the impulse-momentum relationship, we can use it to determine the magnitude of the ground reaction thrust required to stop the motion of the CM during landing.

The proper landing mechanism is important not only for the action to take place mechanically, but also to protect the athlete from the risk of injury. Studies have shown that high impact power on descent may be a risk factor in different joint injuries of the lower extremities, especially anterior cruciate ligament injuries. Increasing the knee flexion angle with the decrease of ground reaction force during the landing activity can minimize the impact force and knee joint stress and reduce these risks. As a result, it is very important to improve landing performance. Increased lower body joint flexion during absorption; Use of arms and load absorption during flight; The preference of landings on two legs compared to single foot landings; Improving muscular strength; Landing mechanics should be developed by planning strategies such as landing surface and shoe selection.

SB426

TEK AYAK ÜZERİNDE STATİK VE DİNAMİK DENGE PERFORMANSININ DEĞERLENDİRİLMESİ

***[1]Deniz Tezcan*, [2]Çiğdem Bayır, [1]Pınar Arpınar-Avşar, [1]Hüseyin Çelik**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü, NMLab Ankara
[2]Ankara Üniversitesi, Spor Hekimliği ABD Ankara

***Email :** tezcandeniz98@gmail.com, cigdembayir@hacettepe.edu.tr, parpinar@hacettepe.edu.tr, huseyincelik@hacettepe.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, tek ayak üzerinde gerçekleştirilen statik ve dinamik denge performansının incelenmesidir. Tek ayak üzerinde postüral denge sağlama yeteneği, birçok sportif aktivitenin parçasıdır. Tek ayak sakin duruştayken, kuvvet platformu ile ölçülen kuvvet ve moment değerleriyle hesaplanan basınç merkezinin (COP), yani yer tepki kuvvetleri bileşkesinin uygulama noktasının değişimlerine ilişkin parametreler (COP elips alanı vb) postüral performansının göstergesi olarak ele alınmaktadır.

Yöntem: Statik denge performansının değerlendirilmesinde katılımcılar tek ayak sakin duruş hareketi gerçekleştirmiştir. Dinamik denge performansının değerlendirilmesinde 'Y-Balance' testi (YBT) kullanılmıştır. Tüm ölçümler baskın ve baskın olmayan ayak için üçer kez tekrar edilmiştir. Aktif spor yapan öğrenciler çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. YBT süresince tek bacak üzerinde denge sağlarken, diğer ayak parmak uçları ile üç farklı yönde (Anterior,PosteroMedial,PosteroLateral) olabildiğince ileriye uzanmaları istenmiştir. Uzanma mesafeleri kişinin bacak uzunluğuna göre normalize edilerek, üç yönde uzanma mesafeleri ortalaması hesaplanmıştır. Ayrıca, COP elips alanı, yörünge uzunluğu ve değişim aralığı değerleri hesaplanmıştır. COP parametrelerin sayısal değerleri ne kadar düşük ise postüral performans görece o kadar iyi olarak değerlendirilmektedir.

Bulgular ve Sonuç: Tek ayak üzerinde statik denge performansına ait COP parametreleri baskın ayak için daha yüksek bulunmuştur. Tüm katılımcılar için, baskın ayak ile uzanma performans değerleri daha yüksektir. YBT performansları grup ortalaması iki taraf için benzerdir. YBT toplam skoru yüksek olan katılımcıların, COP parametreleri baskın/baskın olmayan ayak için benzerdir. Buna göre, baskın olmayan tarafta antagonist kas çiftlerinde koaktivasyon sonucu dar bir alanda denge sağlamak üzere destek yüzeyinin küçültüldüğü ve hareketin esnekliğinin azaltıldığı ileriye sürülebilir. Baskın olmayan tarafta statik denge performansı daha iyi görünse de bir dış müdahale durumunda denge kaybının daha fazla olacağı düşünülmektedir. Her iki ayak için statik denge performansı benzer olan katılımcıların, dinamik denge performansının daha yüksek olması dikkat çekicidir ve YBT'nin statik denge performansı bakımından baskın/baskın olmayan taraf arasındaki farklıları ortaya koyduğuna işaret etmektedir. Bu hipotezler sonraki araştırmalarda test edilecektir.

Anahtar Kelimeler: denge, baskın ayak, COP, Y-Balance testi

Evaluation Of Single-Leg Static And Dynamic Balance Performance

Purpose: The aim of this study is to examine static and dynamic balance performance during single-leg-stance. The ability to maintain postural balance on one-leg is part of many sporting activities. The parameters related to center of pressure (COP) while standing on single-leg, are considered as indicators of postural performance.

Methods: In evaluation of static balance, the participants performed single-leg stance on a force plate. Y-Balance-Test (YBT) was used to examine dynamic balance performance. The measurements were repeated three times for dominant and non-dominant leg. Volunteer physically active students were instructed to reach as far as possible with one leg in three different directions (Anterior,PosteroMedial,PosteroLateral) while maintaining balance on stance leg. Reaching distances were normalized with leg length and averaged as YBT total score. COP ellipse area, path length and area were also calculated. The lower values of COP parameters were considered to be reflecting better postural performance.

Findings: All COP parameters for static balance on single-leg were higher for the dominant foot. The YBT total scores for the dominant foot were higher and group averages were similar for both sides. The participants with higher YBT total scores had similar sway values for dominant and non-dominant leg. Based on these findings, it could be argued that the co-activation of antagonist muscle pairs on non-dominant side reduces the base of support which results in lower sway parameters at the expense of reduced postural flexibility. Although static balance performance appears better on the non-dominant side, it might suggest that the loss of balance would be prominent in the case of external perturbations. Also, participants who have similar static balance performance for both sides had better dynamic balance. This might indicate that YBT reveals the dominant/non-dominant side differences in static balance performance. These hypotheses will be investigated in future studies.

Keywords:balance,dominant foot,COP,Y-Balance-Test

SB446

TEK AYAK DİKEY SIÇRAMADA ZAMAN KISITLAMASININ KİNETİK VE KİNEMATİK DEĞİŞKENLER ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Uğur Yılmaz*, [1]Hüseyin Çelik, [1]Pınar Arpınar-Avşar**

[1]Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** uguryilmaz@hacettepe.edu.tr, hsynclk@gmail.com, parpinar@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmanın amacı, kişinin kendi istediği zamanda (SP) ya da işitsel uyarana karşı reaksiyon (RT) olarak gerçekleştirdiği tek ayak üzerinde maksimum dikey sıçrama (CMJ) sırasında kinetik ve kinematik değişkenlerin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmaya 10 genç, rekreatif olarak aktif, erkek üniversite öğrencisi (yaş: 24.5±3.2yıl; v.ağırlığı:77.5±10.5kg; v.uzunluğu: 177.4±6.9cm) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar, zaman kısıtlaması olan ve olmayan iki farklı CMJ görevini uygulamışlardır. Bunlar: i) SP: "başla" sinyalinden sonra beş saniye içinde istedikleri zaman CMJ; ii) RT: "başla" sinyalini takiben beş saniye içinde gelen işitsel uyarana hemen tepki vererek CMJ. Katılımcılar bütün denemeleri kuvvet platformu üzerinde ve eklem kinematiğini elde etmek için alt ekstremiteye yerleştirilmiş 30 işaretçiyle gerçekleştirmiştir. CMJ, iki faza ayrılmıştır: sıçrama ve yere inme. Her faza ait elde edilen değişkenler: maksimum dikey kuvvet (VGRFMAX), kalça, diz ve ayak bileğine ait pik açı ve moment değerleri, yere inişte ilk temas anında açı değerleri, sıçrama yüksekliği, sıçrama-süresi. RT-SP görevleri arasında yukarıda belirtilen değişkenler bakımından olası farklılıkların belirlenmesi amacıyla bağımsız örneklemlerde t-testi kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Sıçrama fazında frontal ve sagital düzlemde, kalça ve diz ekleminde pik moment değerleri bakımından RT-SP görevleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (RT>SP). Sıçrama ve yere inme fazında sagital düzlemde kalça ve diz ekleminde pik açı değerleri bakımından görevler arasında anlamlı fark bulunurken (SP>RT), sıçrama fazında frontal ve sagital düzlemde ayak bileği eklemi pik açı değerleri SP görevinde anlamlı olarak daha büyük bulunmuştur. RT görevinin sıçrama fazında, VGRFMAX anlamlı olarak daha büyük bulunmuştur. Sıçrama yüksekliği ve sıçrama-süresi değerlerinde görevler arası anlamlı fark bulunmuştur (SP>RT). CMJ hareketinde, sıçrama ve yere inme fazının birbirinden ayrı olarak kontrol edildiği bilinmektedir. Görevler arasında eklem mekaniği bakımından oluşan farkların sadece sıçrama fazında görülmesi bu görüşü desteklemektedir. Çalışmanın bulguları ayrıca sıçrama fazında, pik eklem moment değerlerine yansıyan kalça ve diz ekleminde farklı strateji kullanımını ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: dikey sıçrama, kinetik, kinematik, reaksiyon zamanı

Effects Of Time Constraint On Kinetics And Kinematics During Single-Leg Countermovement Jump

Purpose: The purpose of this study is to examine kinetic and kinematic variables during single-leg countermovement jump (CMJ) in a reaction-time (RT) and self-paced (SP) movement-initiation task paradigm.

Methods: Ten young, recreationally active, male college students (age: 24.5±3.2years; weight: 77.5±10.5kg; height: 177.4±6.9cm) voluntarily participated in this study. The participants performed CMJ with/out time

constraints. These are, i) SP: self-paced CMJ within five seconds following the go signal (not to react immediately); ii) RT: reaction-time CMJ immediately following the go signal. The participants performed all trials on a force plate while wearing 30 reflective markers attached to the lower extremities to track joint kinematics. CMJ was divided into two phases: jumping and landing. Such variables were extracted as the maximum vertical force (VGRFMAX), peak joint angle and moment values for hip, knee, and ankle joints, contact angle at the initial contact, jump height, and jumping-time. Independent samples t-test was used to examine differences between RT and SP tasks.

Findings and Conclusion: During jumping, the peak hip and knee moments in the frontal and sagittal planes were significantly different between tasks (RT>SP). The peak hip and knee angles in the sagittal plane were significantly different between tasks (SP>RT) whereas the peak ankle angle in the frontal and sagittal planes were significantly higher in jumping of SP task. VGRFMAX was found significantly higher in jumping of RT task. The jump height and jumping-time were significantly higher and longer in SP tasks respectively. It is known that jumping and landing are controlled separately during CMJ. Observing those differences in joint mechanics only in jumping between RT and SP tasks would support that previous finding. In jumping, our findings also indicated that there is a different strategy for hip and knee joints which reflected in peak joint moments.

Keywords: countermovement jump, kinetic, kinematic, reaction time

SB485

AKUT OLARAK UYGULANAN FLEKSİBLE BAR EGZERSİZİ PROPRİOSEPSİYON DUYUSUNA ETKİ EDER Mİ?

[1]Gürkan Günaydın

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü

Giriş ve Amaç: Pratikte kasların kuvvetlendirilmesi amacıyla çok sayıda yöntem geliştirilmiştir. Egzersiz lastikleri, dambıllar, kum torbaları ve elektrik stimülasyonları klinisyen ve eğitmenlerin sıklıkla tercih ettikleri yöntemlerdendir. Ancak rutin uygulamaların dışında egzersize katılım ve motivasyonun arttırılabilmesi için yeni teknikler geliştirilmeye başlanmıştır. Bu yöntemlerden biri fleksible bar egzersizleridir. Fleksible bar egzersizlerinin kas kuvvetlendirmesinde etkin bir yöntem olduğu gösterilmekle birlikte propriosepsiyon duyusuna etkisi tam olarak anlaşılamamıştır. Bu sebeple bu çalışmanın amacı fleksible bar egzersizlerinin propriosepsiyon duyusuna etkisinin belirlenmesidir.

Yöntem: Çalışma için öncelikle katılımcıların her iki üst ekstremite propriosepsiyonları değerlendirilmiştir. Bunun için katılımcıların koluna içinde inklinometre programı olan bir telefon yerleştirilmiştir. Daha sonra katılımcı bir sandalyeye oturtulmuş, gözleri kapatılmış ve omuzları 90 derecelik bir omuz fleksiyon açısına getirilmiştir. Bu işlem 3 defa tamamlandıktan sonra katılımcıdan hedef açıya kendisinin ulaşması istenmiş ve açıdaki sapmalar kaydedilmiştir. Daha sonra katılımcı ayağa kaldırılmış ve dominant tarafı ile fleksible bar egzersizi yapması talep edilmiştir. Bunun için katılımcının omuzu yaklaşık olarak 90 derece dirseği ise 30 derece fleksiyon pozisyonuna alınmıştır. Bu pozisyondayken fleksible barı dikey olarak tutması ve 10 saniye boyunca titretmesi istenmiştir. Bu işlem dinlenme aralıklarıyla birlikte 3 defa tamamlandıktan sonra propriosepsiyon ölçümü tekrar edilmiştir. Veriler uygulama öncesi ve sonrası olacak şekilde dominant ve nondominant ekstremitelerin karşılaştırılması yöntemiyle analiz edilmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan 10 katılımcının (8 kadın, 2 erkek) yaş ortalamaları 33,20±6,05 yıl, boy ortalamaları ise 1,66±0,06 metre olarak bulunmuştur. Yapılan gruplar arası karşılaştırmalarda Man Whitney U testi sonucu katılımcıların uygulama öncesi (p:0,138) ve sonrası (p: 0,790) propriosepsiyon değerlerinin farklı olmadığı görülmüştür. Gerçekleştirilen grup içi karşılaştırılmalarında da benzer şekilde uygulamanın dominant (p:0.059) ve nondominant ekstremitelerde (p:0.313) bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür.

Sonuç: Bu çalışma ile fleksible bar egzersizlerinin propriosepsiyon duyusunda herhangi bir bozulma yaratmadığı görülmektedir. Propriosepsiyon eksikliğinin oluşturabildiği negatif etkiler düşünüldüğünde akut olarak uygulanan fleksible bar egzersizlerin bu açıdan güvenli bir yöntem olabileceği düşünülmektedir.

Does Acutely Applied Flexible Bar Exercise Affect The Sense Of Proprioception?

Introduction and Aim: In practice, many methods have been developed to strengthen the muscles. Exercise tires, dumbbells, sandbags and electrical stimulation are among the methods often preferred by clinicians and trainers. However, new techniques have begun to be developed in order to increase the motivation and participation in exercise, apart from routine applications. One of these methods is flexible bar exercises. Although flexible bar exercises have been shown to be an effective method in muscle strengthening, their effect on the proprioception

is not fully understood. Therefore, the purpose of this study is to determine the effect of flexible bar exercises on proprioception.

Method: For the study, both upper extremity proprioceptions of the participants were evaluated. For this, a telephone with an inclinometer program was placed on the forearm of the participants. The participant was then seated on a chair, eyes were closed, and shoulders were brought to a 90 degree shoulder flexion. After this process was completed 3 times, the participant was asked to reach the target angle him/herself and the deviations in the angle were recorded. Then the participant was raised and asked to flexible bar exercise with the dominant side. For this, the participant's shoulder was placed in approximately 90 degrees and the elbow was 30 degree of flexion. In this position, he/she was asked to hold the flexible bar vertically and vibrate for 10 seconds. After this process was completed 3 times with rest intervals, the measurement of proprioception was repeated. The data were analyzed before and after the application by comparing the dominant and nondominant extremities.

Results: The average age of 10 subjects (8 women, 2 men) participating in the study was found to be 33.20 ± 6.05 years, and their height was 1.66 ± 0.06 meters. In the comparisons between the groups, it was seen that the proprioception of the participants before (p: 0.138) and after (p: 0.790) were not different as a result of the Man Whitney U test. Similarly, in the intra-group comparisons, it was observed that the application did not make a difference in the dominant (p: 0.059) and non-dominant extremities (p: 0.313).

Conclusion: In this study, it is seen that flexible bar exercises do not cause any impairment in proprioception sense. Considering the negative effects of proprioception deficiency, it is thought that flexible bar exercises applied acutely may be a safe method in this respect.

SPOR EKONOMİSİ, SPONSORLUK VE PAZARLAMA / SPORTS ECONOMY, SPONSORSHIP AND MARKETING

SB175

SOSYAL MEDYA KATILIMI VE TAKIM KİMLİĞİ: FUTBOL BAĞLAMINDA FACEBOOK KATILIMI, TAKIM KİMLİĞİ VE SADAKAT ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[2]Metin Argan, [1]Sabri Kaya, [3]Mehpare Togay Argan

[1]Kırıkkale Üniversitesi, KIRIKKALE
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi, ESKİŞEHİR
[3]Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, BİLECİK

Email : *margan@eskisehir.edu.tr, sabrikaya@kku.edu.tr, mehpare.argan@bilecik.edu.tr*

Spor sektörü, taraftarla iletişim ve etkileşim aracı olarak giderek daha fazla sosyal medyaya yöneliyor, ancak bu sosyal medya teknolojileri ve mecralarının taraftarların katılımına yaptığı katkı hakkında çok az şey biliniyor. Katılım, taraftar davranışının temel bir unsurudur ve spor pazarlamasındaki en etkili stratejilerden biridir. Hizmet pazarlaması bağlamında, sosyal medyaya katılım, yayınlanan makaleler açısından son on yılda önemli ölçüde arttı. Bununla birlikte, futbol bağlamında sosyal medya katılımı ve taraftar kimliğine odaklanan araştırmalar sınırlıdır. Bu çalışmanın amacı, sosyal medya katılımı, taraftar kimliği ve sadakat arasındaki ilişkiyi incelemektir. Kolayda örnekleme yöntemi ile 264 futbol taraftarına, sosyal medya katılımı, taraftar kimliği ve sadakatle ilgili ölçekleri içeren bir anket uygulaması ile veriler toplandı. Bu araştırmanın sonuçları, sosyal medyada katılımı ile taraftar kimliği ve sadakat arasında önemli ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Çalışmanın sonuçlarına göre, spor pazarlamacılarının ve kulüp yöneticilerinin sadakat programları ve taraftar katılımı ile ilgili daha verimli ve doğru stratejileri belirleme konusunda önemli etkilere ve katkılara sahip olacağı rahatlıkla söylenebilir.

SOCIAL MEDIA ENGAGEMENT AND TEAM IDENTIFICATION: AN INVESTIGATION INTO THE RELATIONSHIP BETWEEN FACEBOOK ENGAGEMENT, TEAM IDENTIFICATION AND LOYALTY IN FOOTBALL CONTEXT

The sport sector is increasingly turning to social media as a means to communicate and interact with fans, but little is known about the contribution that these social media technologies and channels make to fans engagement. Engagement is a core element of fan behavior and one of the most effective strategies in sports marketing. In the context of service marketing, engagement in social media dramatically increased over the last decade in terms of published papers. However, the research focusing on social media engagement and fan identification in football context is limited. The purpose of this study is to investigate the relationship between social media engagement, fan identification and loyalty. A convenience sample of 264 football fans completed a survey including scales regarding social media engagement, fan identification, and loyalty. The results of this study indicate that there is a meaningful significant relationship between fan engagement in social media, fan identification and loyalty. The results of the study have significant implications as to how well sport marketers and club managers design strategies regarding loyalty programs and fan engagement.

SB224

REKLAMLARDA SPORLA İLİŞKİLENDİRİLEN GÖRSEL METAFORLARIN KULLANIMININ İNCELENMESİ

***[1]Tuna Uslu*, [1]Serkan Esen, [2]Bahar Ünsal Yılmaz, [3]Duygu Uslu**

[1]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[3]Marmara Üniversitesi İletişim Fakültesi, İSTANBUL

***Email :** tuna.uslu@fbu.edu.tr, serkan.esen@fbu.edu.tr, baharyilmaz@gedik.edu.tr, duygucubuk@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Spor endüstrisi çerçevesiyle (halk, taraftarlar, medya, reklam verenler, sponsorlar vb.) göz ardı edilemeyecek ve bütünleştirilmesi gereken etkili bir iletişim ihtiyacı içindedir. Bu ihtiyaç tüketicilerinin profillerini çıkarma gereksinimini de beraberinde getirmektedir. Ancak davranışsal iktisat alanında yapılan çalışmalar tüketici tercihlerinin sadece rasyonel kararlardan oluşmadığını göstermektedir. Bu nedenlerle reklamlarda metafor kullanımın örneklerine yıllardır rastlanmasına rağmen, günümüzde metaforların bütünleşik pazarlama iletişimi içinde tüketici ile spor endüstrisi arasında bir köprü oluşturmasına katkı sağladığı da görülmektedir. Bütünleşik pazarlama iletişimi, bir kuruluşun pazarlama karması, marka ve iletişim etkinliklerinin stratejik bir planlama dahilinde birbiri ile uyumlu şekilde harmanlanarak birleşimini temsil eder. Spor pazarlamasında Irwin vd. (2002), reklamcılık, tanıtım, kişisel iletişim, ilişki kurma, teşvikler, atmosferik özellikler, lisanslama ve sponsorluğu içeren bir spor iletişim karması önermiştir. Bu çalışma sporun, reklamlarda görsel metafor kullanmak için güçlü bir malzeme olduğunu, reklam örnekleri analiz edilerek ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Yöntem: Yapılan nitel araştırmada sporla ilişkili reklamlarda Phillips ve McQuarrie'nin (2004) önerdiği görsel metafor tipolojisi temel alınmıştır. İncelenen reklamlara çeşitli reklam blogları, görsel paylaşım siteleri, resmi üretici siteleri ve pazarlama temalı forumlar içerisinden ulaşılmıştır. Phillips ve McQuarrie görsel metafor sınıflandırmasını oluştururken anlam işlemi ve karmaşıklık olarak iki eksene oturtmuş, bu iki ekseni de zenginlik ve karmaşıklık seviyelerine göre sıralamıştır. Seçilen reklamlarda kullanılan görsel metaforların görsel yapısı anlam açısından üçe ayrılan bağlantı, benzerlik ve karşıtlık ilişkisi sırasıyla yan yana koyma, birleştirme ve yerine koyma kavramlarıyla incelenmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Spor metaforları kullanılarak yapılan reklamlar Phillips ve McQuarrie modelinde bulunan dokuz farklı görsel metafor kullanım örnekleriyle birlikte değerlendirilmiştir. Bu modele göre anlam işlemi açısından zengin olmayan fakat kolay anlaşılabilen yapı bağlantı/yan yana koyma olarak ifade edilebilir. Aynı şekilde anlamca en zengin ve en karmaşık yapı karşıtlık/yerine koyma olarak formüle edilebilir. Benzerlik karşılaştırması kullanan reklamlar türüne özgü olarak zengin yorumlara daha açık olduğu için, bu tip metaforların kullanıldığı reklamlarda, tüketicilerin ilgi düzeyine göre birden fazla çıkarsamada bulunabilmektedir.

INVESTIGATION OF THE USE OF VISUAL METAPHORS RELATED TO SPORTS IN ADVERTISEMENTS

Introduction and Aim: It is in need of effective communication that cannot be ignored and must be integrated with the framework of the sports industry (public, fans, media, advertisers, sponsors, etc.). This need brings along the need to profile the consumers. However, studies conducted in the field of behavioral economics show that

consumer preferences do not only consist of rational decisions. For these reasons, although examples of the use of metaphors in advertisements have been encountered for years, today it is also aimed that metaphors contribute to the bridge between the consumer and the sports industry in integrated marketing communication. Integrated marketing communications represent the combination of an organization's marketing mix, brand and communication activities (public relations, advertising activities, sales development, direct marketing, personal selling, point of sale communication materials, trade organizations and fairs blending harmoniously with each other within a strategic planning). In sports marketing, Irwin et al. (2002) proposed a sports communication mix that includes advertising, promotion, personal communication, relationship building, incentives, atmospheric features, licensing, and sponsorship. By analyzing ad examples, this study aims to reveal that sports is a powerful phenomenon and material to use visual metaphors in advertisements.

Method: This study is based on the typology of visual metaphors proposed by Phillips and McQuarrie (2004) in advertisements. The analyzed sports-related advertisements have been reached through various advertising blogs, visual sharing sites, official producer sites and marketing themed forums. Phillips and McQuarrie set the visual metaphor classification on two axes as meaning process and complexity, and ranked these two axes according to their levels of wealth and complexity. The visual structure of the visual metaphors used in the selected advertisements was examined with the concepts of juxtaposition, combination and substitution, respectively, in terms of connection, similarity and contrast, which are divided into three.

Findings and Conclusion: Ads made using sports metaphors were evaluated together with nine different visual metaphor usage examples found in the Phillips and McQuarrie model. According to this model, the structure that is not rich in meaning process but easily understood can be expressed as connection / juxtaposition. Likewise, the richest and most complex structure in meaning can be formulated as opposition / substitution. Since ads using similarity comparison are more open to rich interpretations specific to their type, ads using such metaphors may have more than one inference according to the level of interest of sports consumers.

SB226

SPOR TÜKETİCİSİ TİPOLOJİ YAKLAŞIMLARI

***[1]Mahmut Elmas*, [2]Velittin Balcı**

[1]Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Ankar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

***Email :** mahmutelmas06@hotmail.com, vbalci@gmail.com*

İnsanların nasıl ve niçin alışveriş yaptıklarının belirleyicileri, uzun yıllar boyunca birçok insan için önemli bir konu haline gelmiştir. Bu durum çeşitli tüketici tipolojilerinin araştırılması üzerinde önemli bir etkiye sahip olmuştur. Bu tüketici gruplarının sadece görünüşteki yenilik ve farklılıkları yani yaş, cinsiyet, bağlı oldukları etnik grup ya da içinde bulundukları işkolunun tanımladığı sosyo-ekonomik sınıf gibi değişkenler değil, bu grupların kendi iç dinamikleri olmuştur. (Giddens,1991). Bu sürecin sonucu olarak, benzer türde tüketim alışkanlıklarına sahip, bir açıdan mikro tüketim grupları olarak da yorumlanabilecek alt kültür grupları ortaya çıkmıştır. Tipolojiler, spor ürün ve hizmet pazarları için hem bu alandaki spor hayranlarının ihtiyaçlarını, niyetlerini ve satın alma tercihlerini tanımlamak hem de spor ve spor etkinliklerine katılımla ilgili motivasyon ve harcamaları incelemek ve analiz etmek için kullanılır (Constantinescu, 2013). Tüketicilerin beklentileri zaman içinde değişmekle birlikte, alıcıların ihtiyaçları noktasındaki benzerlikler ve farklılıklar da temel tüketici istekleri alt gruplarına ayrılmaktadır (Köylüoğlu, A. S., Acar, Ö. E. ve Eken Ġnan, Ü. S. (2018). Pazarları bölümlere ayırmak için verileri analizi ile gerçekleştirilen tipoloji inşasının genel amacı, tüketici davranışlarının tahminini kolaylaştırmaktır. Tipolojiler; bölümlendirme, hedef belirleme, fiyatlandırma gibi pazarlama çalışmalarında kullanılabilirler. Decrop, A. ve Snelders, D. (2005). Spor Tiplojileri alanında çalışmalar gerçekleştirilirken, çeşitli modellerden faydalanılır. Veya hiçbir modele uymaksızın da çeşitli ölçüm araçlarıyla gerçekleştirilebilir. Bugüne kadar geliştirilen bilinen 3 çeşit model vardır. Bunlar Dualistik Yaklaşım, Katmanlı Yaklaşım ve Çok Boyutlu Yaklaşım modelleridir. Ürünü tanımlayabilmek, ürüne ulaşmak isteyen tüketiciyi tanımlamadan mümkün değildir. Envai çeşit tüketicinin olduğu bir sektörde de tüketiciyi bütün olarak değil parça parça ele almak tipolojinin gerekliliğidir.

Typology Approach Of Sport Consumers

The determinants of how and why people shop have been an important issue for many people for many years. This has had a significant impact on the research of various consumer typologies. These consumer groups are not differ common variables such as age, gender, ethnic group, or socio-economic class defined by their business, but these groups have their own internal dynamics. (Giddens, 1991). As a result of this process, subcultural groups that have similar consumption habits could be classified as micro consumption groups. Typologies are used for sports product and service markets, both to define the needs, intentions and purchasing preferences of sports fans in this field, and to study and analyze the consuming motivation related to participation in sports and sports events (Constantinescu, 2013). Although the expectations of consumers change over time, the similarities and differences in the needs of the buyers are also divided into basic consumer wishes subgroups (Köylüoğlu, AS, Acar and Eken Ġnan, Ü. S. (2018). The general purpose of the typology construction is to determine the prediction of consumer behaviors. Typologies can be used in marketing studies such as segmentation, goal setting, pricing (Decrop and Snelders 2005) .When conducting such studies, various models are used. There are 3 known models developed to date: Dualistic Approach, Layered Approach and Multi-Dimensional Approach models. Identifying the product is not possible without defining the consumer who wants to reach the product. Handling it piecemeal is the necessity of typology.

SB292

KORONAVİRÜS TWİTCH.TV'NİN İZLENME ORANLARINI ARTTIRDI MI?

***[1]Muhammed Hüseyin OCAK*, [1]Aslı BEKİROĞLU, [2]Devrim DOĞAN**

[1]İstanbul Esenyurt Üniversitesi, İSTANBUL
[2]Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, BOLU

***Email :** muhammedocak@esenyurt.edu.tr, aslibekiroglu@esenyurt.edu.tr, devrimdogan411@gmail.com*

Dünyada COVID-19 virüs salgını sonrası birçok spor etkinliği iptal olmuş ya da ertelenmek zorunda kalmıştır. Bu durum, izleyicileri başka alternatif etkinliklere yönlendirmiştir. Bu alternatifler arasında, kolay ulaşılabilir olması nedeniyle eSpor etkinliklerinin de olduğu düşünülmektedir. Bundan dolayı eSpor'un, diğer spor etkinliklerine göre COVID-19 virüs salgınından daha az etkilendiği tahmin edilmektedir. Bu çalışmanın amacı, eSpor yayınları yapılan Twitch.tv platformundaki anlık ortalama izleyici sayılarına bakıp, COVID-19 virüs salgınından sonraki anlık ortalama izleyici sayısının, diğer aylara göre daha fazla artış gösterip göstermediğini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda çalışma tekil tarama modeline göre yürütülmüştür. Çalışmada Ocak 2017'den Nisan 2020'ye kadar olan Twitch.tv izleyici istatistikleri kullanılmıştır. COVID-19 virüsünün artış hızının yüksek olduğu ve sokağa çıkma yasaklarının başladığı Mart ayından sonraki artış oranlarıyla, Mart ayından önceki artış oranlarına bakılmıştır. Çalışmaya göre COVID-19 salgınından sonra, Twitch.tv izlenme oranlarındaki artış, diğer aylardaki artış oranlarına göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu bilgiler ışığında, eSporun, halen spor olup olmadığı tartışıldığı bu dönemde, dünyadaki COVID-19 virüsü salgınının eSpor için etkileşimi artırdığı ve daha fazla izleyici sayısına ulaşarak mesafe kat ettiği dönem olmuştur.

Did Coronavirus Increase Rating Of Twitch.Tv?

Since the beginning of the Coronavirus outbreak in the World, many sport activities have been cancelled or have to be postponed. This condition has directed the audience to other alternative activities. Among these alternatives, it is believed that there are also e-sport activities because of their easy accessibility. Thus, e-sports is estimated to be less affected by the COVID-19 outbreak that other sports events. The aim of this study is to view at the number of average instant viewers on the Twitch.tv platform in which includes e-sports broadcasts, and to determine whether the number of average instant viewers after the COVID-19 outbreak has increased more than other months or not. For this purpose, the study was carried out according to the single survey model. In this study, statistics of Twitch.tv audience from January 2017 to April 2020 were used. In this study, the increase rates which are after the March when the COVID-19 has an increasing rate and curfew was imposed, and before the March are examined. According to study, it was observed that after the COVID- 19 outbreak, the increase in Twitch.tv ratings was higher than the increase rates in other months. In the light of this information, the COVID- 19 outbreak has increased the interaction for e-sports which is still discussed whether it is sport or not. During this period, e-sports has much more viewers and it has made progress.

SB295

COVİD 19 PANDEMİSİ VE FİTNESS MERKEZLERİNE ETKİSİ: İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ

***[1]Yusuf Ulusoy*, [1]M. Kamil Özer**

[1]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Email : *yusufulusoy@gmail.com, ozerkmil@gmail.com*

Giriş ve Amaç: 2019 yılının sonlarında Çin'in Vuhan kentinde başlayan ve birkaç ay içerisinde tüm Dünya'yı etkisi altına alarak Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından "pandemi" olarak ilan edilen yeni tip koronavirüs türü, birçok sektörü olumsuz etkilemektedir. Özellikle tüm Dünya'da olduğu gibi Türkiye'de de mart, nisan ve mayıs ayları, bir dizi önlemler ve yasakların yoğun olduğu dönem olmuştur. Bu çalışmanın amacı, Covid 19 pandemisinin İstanbul ilindeki fitness merkezlerine etkilerinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu çalışmada 2019 yılı şubat ve haziran aylarına ait fitness merkezleri ziyaretçi sayıları ile 2020 yılı şubat ve haziran aylarına ait ziyaretçi sayıları ve yüzde (%) değerleri karşılaştırılmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde bulunan 579 fitness merkezi oluştururken araştırmanın örneklemini %95 güven aralığı ve %5 duyarlılık hesaplamasına göre 231 fitness merkezi oluşturmaktadır. Verilerin toplandığı örneklem seçiminde basit rastgele örneklem yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: 2019 şubat ayında toplam ziyaretçi sayısı 1.304.500 iken, 2019 haziran ayında %15,60 düşüşle 1.100.998 ziyaretin fitness merkezlerine yapıldığı görülmüştür. 2020 şubat ayında ve pandemi yasaklarından önce, toplam ziyaretçi sayısı 1.357.984 iken yaklaşık 2,5 ay fitness merkezlerinin kapalı olmasından sonra, 1 haziran 2020'de tekrar açılan fitness merkezlerinin aylık toplam ziyaretçi sayısının 653.190 ile %51,90 düşüş yaşadığı tespit edilmiştir. 2019 ve 2020 şubat ayları arasında sadece %4,10 fark olduğu, 2019 ve 2020 haziran ayları için ise %40,67 ziyaretçi farkının oluştuğu görülmüştür.

Sonuç: Elde edilen veriler doğrultusunda Covid 19 pandemi süreci ve yasaklarından sonra, İstanbul'daki fitness merkezlerinin büyük ziyaretçi kaybı yaşadığı görülmektedir. Yoğun yasakların olduğu dönemle birlikte fitness merkezlerinin durumunu ele aldığımızda, Covid 19 pandemisinin tüm Dünya'da olduğu gibi Türkiye'de de büyük ekonomik kayıplara sebep olduğu araştırma verileriyle ortaya konulmuştur. Bu durumun fitness sektöründe istihdam sorunu yaratabileceği tehlikesi bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Covid 19, Fitness merkezi, Spor sektörü, Salgın

Covid 19 Pandemic And Its Impact On Fitness Centers: The Example Of Istanbul Province

Introduction and Purpose: The new type of coronavirus, which started in Wuhan, China at the end of 2019 and has been declared as a "pandemic" by the World Health Organization (WHO), has affected many industries negatively. The aim of this study is to investigate the effects of the Covid 19 pandemic on fitness centers in Istanbul.

Method: In this study, the number of visitors and percentage (%) values to fitness centers in February and June 2019 and February and June 2020 were compared. The population of the study consists of 579 fitness centers in

Istanbul, while the sample of the research is 231 fitness centers. 95% confidence interval and 5% sensitivity were calculated. Simple random sampling method was used in the selection of the sample in which the data were collected.

Result: While the total number of visitors was 1,304,500 in February 2019, it was seen that 1,100,998 visits were made to fitness centers with a decrease of 15.60% in June 2019. In February 2020, the total number of visitors was 1.357.984, and after 2.5 months of fitness centers were closed, it was determined that the monthly total number of visitors of fitness centers, which were reopened on 1 June 2020, decreased by 653.190 and 51.90%. It was observed that there was only 4.10% difference between the months of February 2019 and 2020, and a difference of 40.67% for the months of June 2019 and 2020.

Conclusion: In line with the data obtained, it is seen that fitness centers in Istanbul experienced a great loss of visitors after the Covid 19 pandemic process and bans. The effect of Covid 19 pandemic in Turkey shows huge economic loses. This situation may create employment problems in the fitness industry.

Keywords: Covid 19, Fitness center, Fitness industry, Epidemic

SB338

SOSYAL SORUMLULUK KAMPANYALARININ VE TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTLİĞİNİN TOPLUMA ULAŞMASINDA SPORUN ROLÜ: HEFORSHE FENERBAHÇE ÖRNEĞİ

[2]Bahar Ünsal Yılmaz, [1]Tuna Uslu

[1]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL
[2]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *baharyilmaz@gedik.edu.tr, tuna.uslu@fbu.edu.tr*

Giriş: Bu çalışmada sosyal sorumluluk projeleri arasında son yıllarda yoğunlukla çalışılan toplumsal cinsiyet eşitliği kampanyalarından biri olan ve Birleşmiş Milletler Teşkilatı'nın (BM) başlatmış olduğu HeForShe kampanyasının spor yoluyla topluma ulaştırılmasında sporun etkisi incelenmeye çalışılmıştır.

Amaç: Araştırma sosyal sorumluluk projelerinin toplumun geniş kesimlerine ulaşmasında ve gelişmesinde sporun etkisini nicel olarak incelemekte ve bulguları nitel görüşmelerle desteklemektedir. Çalışma, sosyal sorumluluk projelerinin etkinliğini arttırmada sporun gücünü, internet üzerinden bilgiye ulaşmada en büyük araç olan arama motorları üzerinden edinilen verilerin analizi ile tanımlayıcı sonuçlara ulaşmak ve topluma ulaşılması noktasında sporun etkilerinin araştırılacağı çalışmalara öncü olması için gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Analizler oluşturulurken ikincil veri kaynaklarından yararlanılmıştır. Günlük ortalama ziyaretçi ve sayfa görüntüleme sayılarıyla Türkiye'de en sık kullanılan arama motoru üzerinden, araştırma konusunu oluşturan toplumsal cinsiyet eşitliği kampanyası HeForShe kelimesinin aranma eğilimi üzerinden zaman trendleri ve derecelendirme çıkarımları yapılmıştır. Araştırmanın sağlaması için, kampanyayı Fenerbahçe'nin lansmanı aracılığıyla öğrenenlerle nitel görüşmeler yapılmıştır. Bulgular: Arama eğilimlerine bakıldığında dünya genelini etkileyen iki tarih görülmektedir. Bunlardan ilkinin 100 arama derecelendirilmiş değeriyle 04.03.2018 tarihi olduğu görülmektedir. Bu tarihte Jakarta'da HeForShe Run ismiyle yapılan koşu organizasyonu etkili olmuştur. Diğer etkileyen tarihin 11.11.2018 tarihi olduğu görülmektedir. Bu tarihin Türkiye eğiliminin gösterildiği trendde Fenerbahçe'nin kampanyaya dahil olduğunun açıklandığı tarihle çakıştığı görülmektedir. Her iki arama verisi, kampanyayla sporun bir arada olduğu organizasyonlarda, topluma ulaşmanın kolaylaştığını ortaya koymaktadır.

Sonuç: Fenerbahçe Spor Kulübünün kampanyaya desteği, eril bir alan olan futbol izleyicileri arasında kampanyanın tanınmasına ve farkındalığın artmasında faydalı olmuştur. Sosyal sorumluluk projelerinin etki alanını genişletmede, spor kurumlarının proje paydaşlarına dahil edilmesi de bu çalışmanın çıktılarından biridir. Fenerbahçe'nin projeye desteğinin etkileri sonrasında Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği (FIFA), Birleşmiş Milletler Kadın Birimi ile işbirliği anlaşması yaptığını duyurmuştur. Bu anlamda evrensel bir dili, toplumun çeşitli sosyal tabakalarıyla etkileşimi ve geniş etki alanı olan sporun, sosyal sorumluluk projelerinde yer alması, nitelikli bir rol alarak toplumsal faydanın sağlanmasında olumlu bir tavır inşa edecektir.

THE ROLE OF SPORTS IN SPREADING SOCIAL RESPONSIBILITY AND GENDER EQUALITY: HEFORSHE FENERBAHÇE EXAMPLE

Introduction: In this study, it has been tried to examine the effect of sports on the delivery of the HeForShe campaign, one of the social gender equality campaigns, which has been intensively studied in recent years

among social responsibility projects, and that was initiated by the United Nations Organization (UN). In the research, together with Fenerbahçe's support to the campaign, the awareness of the campaign on the society was investigated. The curiosity aroused by the campaign and the effect of sports on the gender equality campaign, which is a social responsibility project, were analyzed.

Purpose: The aim of this study is to examine the effect of sports on social responsibility projects reaching and developing large segments of the society. The study was carried out in order to reach descriptive results by analyzing the data obtained from search engines, which are the biggest tools in accessing information on the internet, and to pioneer studies that will investigate the effects of sports in reaching the society in increasing the effectiveness of social responsibility projects.

Method: The research quantitatively examines the impact of sports on social responsibility projects reaching and developing large segments of the society and supports the findings with qualitative interviews. Secondary data sources were used while creating the analyzes. Average daily visitors and pageviews over time trends with the most frequently used search engine in Turkey were drawn. The grading inferences were made based on the search tendency of the gender equality campaign HeForShe, which constitutes the research subject. In order to provide the research, qualitative interviews were conducted with those who learned about the campaign through the launch of Fenerbahçe.

Findings: Looking at the search trends, there are two dates that affect the world. It is seen that the first of these is the date 04.03.2018 with a value of 100 rating strengh. The running organization named HeForShe Run in Jakarta has been instrumental in making this date the top. The other affecting date is seen to be 11.11.2018. It is a date that shows the trend seen Fenerbahce explained that coincide with the date included in the campaign. Both remarkable search data reveal that in organizations where campaign and sports coexist, the impact of reaching the society is stronger.

Conclusion: The support of the Fenerbahçe Sports Club to the campaign has benefited the recognition of the campaign and increased awareness among the football audience, which is a masculine field. One of the outputs of this study is to include sports organizations in the project stakeholders in expanding the domain of social responsibility projects. After the effects of Fenerbahçe's support for the project, the International Football Federation Association (FIFA) announced that it signed a cooperation agreement with the United Nations Women's Unit. In this sense, the participation of sports, which has a universal language, interaction with various social layers of the society and a wide domain of influence, in social responsibility projects will build a positive attitude in providing social benefit by taking a qualified role.

SB412

COVİD-19 PANDEMİSİNİN ESPOR EKONOMİSİNE ETKİSİ

[1]Gökhan ÇAKMAK

[1]Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, KOCAELİ

Giriş ve Amaç: Espor, belirli bir amacı olan (örneğin şampiyonluk unvanı kazanma, ödül parası), organize bir formatta (bir turnuva veya lig) ve birbirlerine karşı yarışan oyuncular ile takımlar arasında açık bir ayrımı olan profesyonel seviyede rekabetçi oyun şeklinde tanımlanabilir. Espor, teknolojinin de gelişmesiyle son yıllarda oldukça yaygınlaşmıştır. Bu durum beraberinde küresel çapta oldukça büyük bir ekonomi oluşturmuştur. Covid-19 pandemisi nedeniyle insanlar daha çok evlerinde zaman geçirmiş ve bu dönemde espor oyunlarına olan ilgi daha da artmıştır. Bu çalışmanın amacı Covid-19 pandemisinin espor ekonomisine olan etkilerini ortaya koymaktır.

Yöntem: Bu çalışma, espor ekonomisi hakkında bilgi içeren kaynakların derlenmesiyle oluşturulmuştur.

Bulgular ve Sonuç: Bu araştırma sonucunda, 2020 yılında pandeminin de etkisiyle espor oyunlarına olan ilginin daha da arttığı, espor gelirlerinin küresel çapta büyümeye devam ettiği, önümüzdeki yıllarda da bu büyümenin devam edeceğine yönelik tahminler olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Espor sektörü pandemi nedeniyle oluşan karantina döneminde yaklaşık 14 milyon dolar yani %12 oranında büyümüştür. 2020 Mart ayında espor oyunlarına harcanan süre bir önceki yıla göre %60 artmıştır. Espor turnuvalarının binlerce insanın bir araya geldiği alanlarda yapıldığı ve pandemi nedeniyle bu durum risk teşkil ettiği için biletlerden ve ürünlerden elde edilecek gelirlerde bir düşüş yaşanacağı öngörülmektedir. Esporun en büyük gelir kalemi sponsorluktur. Her ne kadar pandemi nedeniyle sponsorluk gelirlerinde bir düşüş yaşansa da insanların espora olan ilgisinin artmasıyla birlikte sponsorluktan elde edilecek gelirlerin de her geçen yıl artması beklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Espor, ekonomi, Covid-19, pandemi

The Impact Of Covid-19 Pandemic On Esports Economy

Introduction and Purpose: Esports can be defined as professional-level competitive play with a specific purpose (e.g. championship title win, prize money), in an organized format (a tournament or league), and a clear distinction between players and teams competing against each other. Esports has become very common in recent years with the development of technology. This situation has created a very large economy on a global scale. Due to the Covid-19 pandemic, people spent more time at home and interest in esports games increased even more in this period. The aim of this study is to reveal the effects of Covid-19 pandemic on the esports economy.

Method: This study was created by compiling sources containing information about the esports economy.

Findings and Conclusion: As a result of this research, it was concluded that the interest in esports games increased even more with the effect of the pandemic in 2020, that the e-sports revenues continue to grow globally, and there are predictions that this growth will continue in the coming years. The esports industry grew by about 14 million dollars, or 12%, during the quarantine period caused by the pandemic. The time spent on esports games in March 2020 increased by 60% compared to the previous year. Since esports tournaments are held in areas where thousands of people come together and this situation poses a risk due to the pandemic, it is predicted that there will be a decrease in the revenues from the tickets and products. Esports's biggest revenue item is sponsorship. Although there has been a decline in sponsorship revenues due to the pandemic, it is expected that the income from sponsorship will increase every year with the increase of people's interest in esports.

Keywords: Esport, economy, Covid-19, pandemic

SB415

Spor Ürünleri Tüketicisinin Sosyal Sorumluluk Çalışması Gerçekleştiren Markalara Yönelik Tutumları (Fenerbahçe Basketbol Kulübü Örneği)

[1]Oktay Akyüz, [2]Tekmil Sezen Göksu, [3]Burcu Sanin

[1]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
[3]İstanbul Şişli Meslek Yüksekokulu

Email : *oktay.akyuz@marmara.edu.tr, tsgoksu@gelisim.edu.tr, burcu.sanin@sisli.edu.tr*

Amaç: Tüketici konumunda ki spor ürünleri kullanan taraftarların demografik özelliklerinin, sosyal sorumluluk projeleri yürüten markalara yönelik tutumlarındaki rolü, bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır.

Gereç ve Yöntem: İstanbul'da ikamet eden Fenerbahçe Basketbol Spor Kulübü taraftarlarına e-posta ve sosyal medya grupları üzerinden gönüllülük esasına göre uygulanan elektronik anket sonucunda çalışmaya 398 (162 Kadın, 236 Erkek) taraftar katılım göstermiştir. Araştırmaya katılan taraftarların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla 6 soruluk kişisel bilgi formu kullanılırken, sosyal sorumluluk projelerinin markaya yönelik tutumunu ölçmek için, Putrevy ve Lord (1994) ile Peracchio ve Meyers- Levi (1997) tarafından oluşturulmuş, Tosun ve Ülker (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak geçerlilik - güvenilirliği yapılmış; 4 alt boyut ve 19 maddeden oluşan 5'li likert türünde sosyal sorumluluk projelerinin markaya yönelik tutum ölçeği kullanılmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Spor ürünleri tüketicilerinin markaların sosyal sorumluluk çalışmalarını değerlendirmesinin iyi seviyede olduğu, cinsiyet ve yaşlarına göre anlamlı farklılık gözlemlenirken, medeni durum, eğitim durumu ve gelir düzeyine göre istatistiksel açıdan farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Farklılığın hangi cinsiyet grubunda olduğuna baktığımızda; kadın katılımcıların tutum ortalama puanlarının (X=3,81836) erkek katılımcılardan (X=282.72) daha fazla olduğu görülürken, yaş gruplarında ki farklılığı görmek üzere yapılan Post Hoc Tukey testinde ise 26-33 arası ile 50 ve üstü katılımcıların aldıkları puan oranının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Sorumluluk, Marka Tutumu, Spor Tüketicisi, Taraftarlık, Fenerbahçe Basketbol Spor Kulübü.

Sports Product Consumers Attitude towards Brands which Executes Social Responsibility Initiatives (An example of Fenerbahçe Basketbol Kulübü)

Purpose: The main objective of this study is to evaluate the role of demographic characteristics of the sports fans in their attitudes towards brands which executes social responsibility initiatives.

Material and Method: 398 Fenerbahçe Basketbol Kulübü fan (162 Female/236 Male) who is living in Istanbul attended the survey willingly which is posted on social media and mail group. In this study used six-question personal information form to specify the socio-demographic characteristics of sports fans which are attended to survey. To evaluate the attitudes towards brands which executes social responsibility initiatives, used five-point Likert scale which is created by Putrevy and Lord (1994) with Peracchio ve Meyers- Levi (1997), and adapted,

validated, verified and translated to Turkish by Tosun and Ülker (2018), and includes four lower dimensions and nineteen subjects. The data obtained in the study were analyzed using the IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 program.

Results and Conclusion: It has been determined that consumers of sports brands which execute social responsibility initiatives, evaluation is at good levels. There are significant differences between age and sex, and there is no statistical difference between marital status, educational background and level of income. If we look at the sex difference, we can see that the average attitude scores of female participants (X=3,81836) are much higher than the scores of male participants (X=282.72). Has been seen in the Post Hoc Tukey test which is making for the seeing the differences between the age groups, between 26-33 and 50 or more aged participants have got higher scores.

Keywords: Social Responsibility, Brand Attitude, Sports Products Consumer, Sports Fan, Fenerbahçe Basketbol Spor Kulübü.

SB482

NBA TAKIMLARININ MAAŞ BÜTÇELERİNİN SPORTİF BAŞARILARINA ETKİSİ

[1]İbrahim Yaşar GÖK, [1]Türker TEKER, [1]Bakican TAŞAN

[1]Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi, Bankacılık Ve Finans Bölümü

Email : *, turkerteker@sdu.edu.tr*

NBA (National Basketball Association – Ulusal Basketbol Birliği), Kuzey Amerika'dan 30 takımın katıldığı, Dünya basketbolunun en bilinen profesyonel ligidir. 1946 yılında kurulan lig, Doğu ve Batı konferanslarından oluşmaktadır. Her bir takımın en fazla 15 oyuncuya sahip olabildiği ligde, ortalama bir takım maaşlar için 2019-2020 sezonunda 123 milyon USD'den fazla ödeme yapmıştır. Bu çalışmada, NBA takımlarının maaş bütçelerinin sportif performansları üzerindeki etkileri araştırılmaktadır. Başarı; play-off'lara katılma, konferans yarı finalistliği, konferans finalistliği ve NBA finallerine katılma ekseninde incelenmiştir. 2015-2016, 2016-2017, 2017-2018, 2018-2019 ve 2019-2020 sezonlarına ait verilerin kullanıldığı çalışmada, Spearman korelasyon, Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis H testleri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, maaş bütçelerinin sportif başarı üzerindeki etkisinin yıllara göre değişiklik gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bazı sezonlarda maaş bütçeleri ile başarı arasında pozitif anlamlı ilişkiler tespit edilmiş iken, bazı sezonlarda ise değişkenler arası anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yüksek ücretli yıldız olarak nitelenen oyuncuların yaşadığı uzun dönemli sakatlıkların yanı sıra, yeni draft olmuş düşük maaşlar alan ancak yüksek performans sergileyen oyuncuların da bu duruma etki etmiş olabileceği saptanmıştır. NBA'deki draft sisteminin yapısı ve getirilen maaş kısıtlamalarının da bütçe-başarı ilişkisine dair karışık sonuçların elde edilmesinde rolü olduğu sonucuna varılmıştır.

The Effect Of Nba Teams' Salary Budgets On Their Sportive Success

NBA (National Basketball Association) is the world's most known professional basketball league in which 30 teams from North America competes. The league founded in 1946, and consists of eastern and western conferences. Each team is allowed to have at most 15 players, and an average team paid more than $123 million for salary in 2019-2020 season. This study explores the relationship between salary budgets and sportive success of NBA teams. Sportive success is examined in terms of participating in play-offs, conference semi finals, conference finals and NBA finals. By employing data from 2015-2016, 2016-2017, 2017-2018, 2018-2019 ve 2019-2020 seasons, the study applied Spearman correlations, Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis H tests. The findings indicate that the effect of salary budgets on sportive success is mixed throughout the seasons. Although a positive significant relationship between success and salary budget is observed in some seasons, the relationship was found insignificant in other seasons. It is detected that some high-paid star players' long term injuries and recently drafted low-paid players' superior performance may have resulted in this situation. It is concluded that the structure of NBA draft system and the salary restrictions could affect the mixed results of budget-success relationship.

SB493

DİJİTAL OYUNLARIN EVRİMİ VE ELEKTRONİK SPOR

[1]Burak Daloğlu

[1]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri Yüksek Lisans Programı

Teknolojinin gelişmesi birçok alanı etkilemiştir. Oyun kavramının teknoloji ile birleşmesinden meydana gelen dijital oyun kavramı, gerçek hayatta oyundan alınan hazzın sanal ortama taşınmış halidir. Başlarda kişilerin fiziksel olarak bir araya geldiklerinde hayal güçlerini kullanarak keşfettiği oyunları oynamak artık yerini sanal, dijital, siber ortama bırakmıştır. Yine teknolojinin gelişmesi sayesinde her yaştan her zevkteki insana hitap edebilecek kadar fazla çeşit oyun olması, insanları boş vakitlerinde bu oyunları oynamaya daha fazla teşvik etmektedir. İnternetin de gelişmesi ve dünyanın artık küreselleşmesiyle birlikte oyunlarda da birbirini hiç görmeden, tanımadan, sunucular vasıtasıyla oluşturulan platformlarda insanlar topluluklar oluşturup sosyalleşmektedirler. Bundan dolayı dışarıdan bakıldığında dünya, dijital bir köy gibi görülmektedir. Oyun sektöründeki gelişmeler de durmaksızın devam etmektedir ve gelecekte pay sahibi olmak isteyen büyük firmalar, spor kulüpleri, bağımsız girişimciler yatırımlarını bu alana yapmaktadırlar. Oluşan pazarda kendilerine yer edinmeyi amaçlamaktadırlar. Elektronik spor kavramının da aslında ortaya çıkmasında en büyük rolü bu sponsorlar oynamaktadırlar. Geleneksel sporlar kadar bilinirliği olmasa da dijital oyunlar, dünyanın birçok ülkesinde milyonlarca oyun sever tarafından izlenmekte, oynanmakta ve oyun içi alışverişlerle finanse edilmektedir. Turnuvalar; büyük stadyumlarda düzenlenmekte, binlerce bilet satılmakta ve seyirci ağırlanmakta, canlı yayınla internet platformlarından ve televizyon kanallarından milyonlarca insana ulaşmakta, elektronik sporculara ülkelerini temsil ettikleri takım vasıtasıyla başka bir ülkede sporcu olarak katılımcı olmaları için akreditasyon ve vize verilmektedir. Elektronik spor adı altında yeni bir spor dalı olması bu sektörün gelişime ve değişime açık olduğunun göstergesidir. Dijital oyunların bir spor dalı olmaya evrilmesi, aslında oyuncuların rekabetçi ruhunun giderek artması ve oyun içi puanların rekorlarını kırmaya çalışmasıyla başlamıştır. Bu çalışmada dijital oyun kavramının boş vakit geçirme eğlencesi iken nasıl elektronik spora dönüştüğü araştırılmıştır.

The Evolution Of Digital Games And Electronic Sports

The development of technology has affected many areas. The concept of digital game, which is formed by the combination of the game concept with technology, is the realization of the pleasure obtained from the game in the virtual environment. Playing games that people discovered using their imagination when they came together physically, is now replaced by virtual, digital, cyber space. Thanks to the development of technology, the fact that there are enough kinds of games that can appeal to people of all ages and all ages encourages people to play these games in their spare time. With the development of the internet and the globalization of the world now, people are creating communities and socializing in platforms created through servers without seeing each other and getting to know each other. Therefore, the world is seen as a digital village from the outside. The developments in the game industry continue unabated and big companies, sports clubs, independent entrepreneurs who want to have a share in the future make their investments in this area. This companies aim to take their place in the emerging market. These sponsors play the biggest role in the emergence of the concept of electronic sports. Although not as well known as traditional sports, digital games are watched, played and financed by millions of game lovers in many countries of the world. Tournaments; it is organized in large stadiums, thousands of tickets are sold and the audience is entertained, reaching millions of people through live broadcasts via internet platforms and television channels, and electronic athletes are given accreditation and visas to participate as athletes in another country through the team they represent. The fact that a new sports branch under the name of electronic sports is an indicator that this sector is open to development and change. The evolving of digital games to become a sports branch started with the increasingly competitive spirit of the players and trying to break the records of in-game points. In this study, it was researched how the concept of

digital game turns into electronic sports while having fun. Keywords: game, e-sports, Digital game, sector, industry, streaming platforms

SPOR FELSEFESİ / SPORTS PHYLOSOPY

SB124

MAKYAVELİST DÜŞÜNCE BAĞLAMINDA SPOR, POLİTİKA VE AHLAK İLİŞKİSİ: AMACA GİDEN HER YOL MÜBAHTIR

[1]Deniz Demir Bolçay

[1]İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul

Niccola Machiavelli, politikanın tanımını, politikayı düşünme ve politika yapma tarzını değiştirmiş, farklı okumalara göre, klasik ahlak-politika birliğini dağıtmış ya da yeniden tanımlamıştır. 16. yüzyıldan günümüze kadar uzanan modern politikayı tanımlama, düşünme ve yapma açısından hem referans hem de eleştiri noktası olan Machiavelli'nin farklı okumaları, onu modern politika kurucusu olarak kabul ederken, aynı zamanda "şeytan" olarak anılmasına da sebep olmuştur. Eserlerinde vurguladığı amaca ulaşmak için her türlü aracın kullanılmasının, her türlü yolun denenmesinin mümkün olduğu, amaçların araçları meşru kıldığı görüşüne dayalı, yönetimde ahlaki ilkelerin yetersiz kaldığı ve esas belirleyicinin güç olduğunu savunan Makyavelizm anlayışı ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda, bu makale pek çok alanda sesini duyurmayı başaran özellikle de "Amaca giden her yol mübahtır" anlayışıyla zihinlerde canlı kalan Makyavelizm düşüncesini spor ahlakı açısından incelemeyi ve spor-politika ilişkisini irdelemeyi amaçlamaktadır. Tartışma, sözü edilen düşüncenin spor ahlakı açısından daha iyi anlaşılabilmesi amacıyla, örnek olayların incelenmesi ile genişletilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Makyavelizm, spor, ahlak, politika.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTS, POLITICS AND MORALITY IN THE CONTEXT OF MACHIAVELLIANISM THINKING: EVERY PATH THAT LEADS TO SUCCESS IS LICIT

Abstract Niccola Machiavelli changed the definition of politics, the way he thought about politics and making policy, distributing or redefining the classical moral-policy union, according to a bunch of studies. The different readings of Machiavelli, which is both a point of reference and criticism in terms of defining, thinking and making modern politics dating from the 16th century to the present, have also led to gain the reputation of "the Satan", while accepting him as the founder of modern politics. Concept of Machiavellianism has emerged which argues that the practice of all kinds of ways to achieve the purpose is highlighted in his works. Besides, it is also possible to try all kinds of paths, in which situations the moral principles in management are inadequate and the main determinant is power. In addition to this explanations, practicing ways of achieving something is in all ways legitimate, too. In this context, this article aims to examine the idea of Machiavellianism, which has managed to make its voice heard in many areas, especially with the understanding of "Every path that leads to success is licit". It also aims to examine the sports-policy relationship in terms of sports ethic.

Key Words: Machiavellianism, sports, morality, politics.

SB443

PANDEMİNİN ETKİLERİ BAĞLAMINDA SPOR VE SEYİRCİ İLİŞKİSİ

[1]Murat Satıcı

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, MANİSA

Giriş ve Amaç: Çalışma, Covid19 Pandemisi'nin spor müsabakaları ve izleyici üzerine etkisini merkeze almaktadır. Çalışmanın amacı, sporun mekanla ve izleyiciyle olan ilişkisinin kesintiye uğradığı seyircisiz müsabakaların hem sporcu performansı hem de izleyicilerin deneyimlerinde ortaya çıkardığı yeni durumu incelemektir.

Yöntem ve Bulgular: Spor hem izleyicinin hem de sporcunun deneyimlediği ortak bir estetik değeri içermektedir. Bu bakımdan spor etkinliği hem sporcu hem de izleyicinin kolektif birlikteliği ile bir estetik haz oluşturmaktadır. Pandemi dolayısıyla turnuvaların iptalinin ya da seyircisiz gerçekleştirilmesinin -gerek bireysel sağlık ve güvenlik endişeleri gerekse de motivasyon düşüklüğü gibi nedenlerle- sporcunun performansını düşürdüğü ve katılımın azalmasına neden olduğu görülmektedir. Bu durum sporun sadece sporcunun ya da takımların gerçekleştirdiği bir eylem olmanın ötesinde izleyici ile gerçekleşen kolektif bir eylem olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Kuşkusuz turnuvalar yeniden başlasa ve medya aracılığıyla insanlara ulaşsa da izleyici yokluğunun sportif etkinliğin görkemini zayıflattığı görülmektedir. Bu durum sportif etkinliğin mekân ve izleyici ile ilişkisini görünür hale getirir. Dolayısıyla sportif etkinliğin mekândan ve izleyiciden bağımsız düşünülemeyeceği ortadadır. Aynı zamanda müsabakaları ekran aracılığıyla izleyenlerin müsabakanın yapıldığı mekânın bir parçası da olan saha içerisindeki izleyicilerin coşkusuna, tezahüratlarına ve eylemlerine tepki verdiği açıktır. Bu tepki, saha içerisindeki izleyicinin yanında ekran başındaki izleyiciyi de sportif performansın ayrılmaz bir parçası haline getirir. Çalışmada Pandemi tedbirleri nedeniyle seyircisiz gerçekleşen müsabakaların uzaktaki izleyicinin estetik ve sportif hazzını etkileyen bu temel öğe olmaksızın farklı bir deneyim geliştirdiği iddia edilmektedir.

Sonuç: Sonuç olarak hem estetik hem de politik yönden spor, sadece sportif performansa değil aynı zamanda mekân ve insan ilişkisi bakımından izleyici deneyimine bağlıdır. Pandemi nedeniyle ortaya çıkan yeni spor deneyimi hem sporcu hem de izleyici için spor algısını dönüştürmüştür. Bu yüzden çalışmada bu algının politik, estetik ve sportif etkileri tartışılacaktır.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTS AND AUDIENCE IN THE CONTEXT OF THE IMPACTS OF THE PANDEMIC

Introduction and Aim: The study centers on the impact of the Covid19 Pandemic on sports competitions and the audience. The aim of the study is to examine the new situation that the sports' relationship with the space and audience is interrupted, both in the performance of the athlete and in the experience of the audience.

Method and Findings: Sport contains a common aesthetic value experienced by both the audience and the athlete. In this respect, sports activity creates an aesthetic pleasure with the collective unity of both the athlete and the audience. It is observed that canceling the tournaments or performing them without audiences due to the pandemic, because of reasons such as individual health and safety concerns and low motivation, reduces the performance of the athlete and causes a decrease in participation. This situation reveals that sports is not only an action performed by the athlete or teams, but also a collective action with the audience. Undoubtedly, even

though the tournaments start again and reach people through the media, it is seen that the absence of audience weakens the splendor of the sportive event. This situation makes the relation of sportive activity with space and audience visible. Therefore, it is obvious that sportive activity cannot be considered independent of the place and the audience. At the same time, it is clear that those who watch the competitions on the screen react to the enthusiasm, cheers and actions of the audience in the field, which is a part of the space where the competition is held. This response makes the on-screen audience an integral part of the sporting performance as well as the audience on the field. In this study, it is claimed that competitions without audiences due to pandemic measures develop a different experience without this basic element affecting the aesthetic and sportive pleasure of the distant audience.

Conclusion: As a result, sports, both aesthetically and politically, depend not only on sportive performance but also on the audience experience in terms of space and human relationship. The new sports experience that emerged due to the pandemic has transformed the sports perception for both the athlete and the audience. Therefore, the political, aesthetic and sportive effects of this perception will be discussed in this study.

SB479

ESPORUN OLİMPİK BİR SPOR OLMASI AHLAKEN GEREKÇELENDİRİLEBİLİR Mİ?

[1]Neslihan FİLİZ

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa

Giriş ve Amaç: Espor, farklı türdeki karşılaşmalı video oyunlarına verilen şemsiye bir terimdir. Son yıllarda, kurumsallaşmış esporun kabul görmeye başlamasıyla beraber modern sporlar "geleneksel sporlar" olarak adlandırılmaya başlanmıştır. Asıl sorun, içinde bulunduğumuz Bilgi Çağının spordaki yansıması olarak da kabul edilebilecek esporun, bir Olimpik spor sayılmasının ahlaki olarak doğru mu yanlış mı olduğunun araştırılmasıdır.

Yöntem: Literatür tarama

Bulgular ve Sonuç: Esporun; Çevrimiçi Çok Oyunculu Spor Arenası (MOBA), Birinci Şahıs Nişancı (FPS), Gerçek Zamanlı Strateji Oyunu (RTS), Battle Royale, Spor (FİFA vs.), Çok Katılımcılı Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu (MMORPG), Dövüş (Fighter) gibi türleri vardır. (TESFED, B.T.) IOC'nin şimdilik esporların sadece fizikselliği arttırılmış ve geleneksel sporları simüle edenleri Olimpik kültürün bir parçası olarak kabul etme ihtimali, esporun Olimpik değerlerle örtüşüp örtüşmediği kaygısındandır. Reid (2015) Olimpizmin sporun metafizik doğasını tanımlamasa ve hatta tartışmasa da belirli bir ölçüde sporun ne olması gerektiğini dikte ettiğini iddia eder. O halde, aslolan esporun bir spor olup olmadığını metafizik olarak tartışmak değil, bir Olimpik spor olarak ifade edilmesinin ahlaken gerekçelendirilip gerekçelendirilemeyeceğidir. Konu çeşitli Etik değerlendirmelere tabi tutulduğunda, başlıca birkaç sorunla karşılaşırız: 1. Spor olarak kabul görmek, 2. Olimpik değerlere uygunluk, 3. Olimpik spor olarak kabul edilebilir türler vb. Esporun bir Olimpik spor olarak kabul edilip edilemeyeceği bu etkinliğin "fiziksellik" boyutu üzerinden çokça tartışılmaktadır. Ancak, esporun ilişkili sorunlar bağlamında sadece fiziksellik üzerinden değil, içerikleri ve parasal getirileri açısından da Olimpizme uygunluğu anlamında değerlendirilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda incelendiğinde, kurumsallaşmış esporun Olimpik Anlaşma'daki ahlaki ilkelerin yanı sıra Olimpik davranış kodlarıyla uyumlu şekilde uygulanabileceği, ancak Olimpik ruha uyum sağlaması için bazı türlerinin yeniden düzenlenmesi gerektiği sonucuna varılmıştır.

IOC (2019, 7 Aralık). "Declaration of the 8th Olympic Summit". Erişim adresi: https://www.olympic.org/news/declaration-of-the-8th-olympic- summit. Reid, H. (2015) Olympism – a philosophy of sport? içinde Routledge Handbook of the Philosophy of Sport. Mcnamee, M. & Morgan, W. J. (Ed.). NY: Routledge. TESFED (b.t.). "Branşlar". Erişim adresi: http://tesfed.gov.tr

CAN ESPORT BE MORALLY JUSTIFIED AS AN OLYMPIC SPORT?

Introduction and Aim: Esports is an umbrella term for various competitive video games. In recent years, Modern sports began to be categorized as "traditional sports", while institutionalized esports gained acceptance among sports community. However, the real issue is to inquire whether morally right or wrong to call esports as Olympic ones. Method: Literature review Findings and Conclusion: Esport has different kinds such as Multiplayer Online Battle Arena (MOBA), First Person Shooter (FPS), Real- Time Strategy (RTS), Battle Royale, Sport (i.e. FIFA), Massively Multiplayer Online Role-Playing Game (MMORPG), Fighter. (TESFED, n.d.) Reid (2015, p.370) claims that "even though Olympism does not define or even discuss the metaphysical nature of sport per se, its social goals dictate to certain extent what sport should be". (ibid, p.370) Then, the issue is not about investigating metaphysically whether esports are types of sports or not, but deciding whether it is ethically justifiable to call esports as Olympic ones. When the issue is analyzed in terms of ethics, we face with several problems: 1.

Gaining acceptance as sports, 2. Compatibility with Olympic values, 3. Kinds which can be gained acceptance as Olympic ones etc. In literature, esports are mostly criticized for lack of physicality, however esports should be evaluated on contents and financial gains to decide whether esports can be considered as Olympic sports. In this respect, institutionalized esports can be playes/organized in accordance with Olympic code of ethics as well as the ethical principles in the Olympic Charter, but some versions of esports should be modified to adapt Olympic spirit.

References IOC (2019, 7 Aralık). “Declaration of the 8th Olympic Summit”. Erişim adresi: https://www.olympic.org/news/declaration-of-the-8th-olympic- summit. Reid, H. (2015) Olympism – a philosophy of sport? içinde Routledge Handbook of the Philosophy of Sport. Mcnamee, M. & Morgan, W. J. (Ed.). NY: Routledge. TESFED (b.t.). "Branşlar". Erişim adresi: http://tesfed.gov.tr

SPOR İŞLETMECİLİĞİ / SPORT BUSINESS

SB48

İSTANBUL BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ SPOR İSTANBUL ÇALIŞANLARININ MUTLULUK VE SOSYALLEŞME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]EZGİ METE KAYA*, [1]FİKRET RAMAZANOĞLU, [2]GÖNÜL AK**

[1]Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Beden Eğitmi Ve Spor Öğretmenliği, SAKARYA
[2]Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli

***Email :** ezgimete@yandex.com, framazanoglu@sakarya.edu.tr, gonulak86@gmail.com*

Amaç: Bu bilimsel çalışmanın amacı İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin iştirak şirketlerinden Spor İstanbul çalışanlarının mutluluk ve sosyalleşme düzeylerini incelemektir.

Yöntem: Çalışmanın evrenini 2019 yılı Spor İstanbul bünyesinde aktif olarak çalışan 617 spor eğitmeni, 214 rezervasyon personeli, 324 temizlik personeli, 64 halı saha personeli, 28 engelli personel, 47 tesis işletme amiri ve 73 tesis işletme amir yardımcısı olmak üzere toplam 1367 çalışan personel bulunmaktadır. Bu çalışmaya gönüllü olarak 91kişi katılmıştır. Bu araştırmada bireylerin mutluluk düzeylerinin incelenmesinde ölçek Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ) kullanılmıştır. Kişilerin sosyalleşme alanındaki düzeylerini incelemek için ise Sosyalleşme Ölçeği (SÖ) kullanılmıştır ve iç tutarlılık kat sayısı (Cronbach Alpha) 0.77 olarak belirlenmiştir. Spor İstanbul çalışanlarının medeni durumları ve cinsiyetleri ile mutluluk ve sosyalleşme düzeyleri arasındaki farklılığa ilişkin Mann Whitney-U Testi uygulanmış, eğitim durumları ve yaş grupları ile sosyalleşme ve mutluluk düzeyleri arasındaki farklılığa ilişkin Kruskall Wallis Testi uygulanmıştır. İstatistiksel hesaplamalarda anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Sosyo kültürel değişkenler ile sosyalleşme ve mutluluk düzeyi arasındaki farklılık ve ilişkiye yönelik nonparametrik test istatistikleri kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmanın bulgulardan elde edilen verilere göre sosyalleşme ve mutluluk düzeyleri arasında cinsiyet, yaş, eğitim faktörlerinde ($p>0,05$) anlamlı farklılığa rastlanmamışken medeni durum faktöründe ($p=0,05$) anlamlı farklılık görülmüştür. Spor İstanbul çalışanlarının mutluluk ve sosyallik düzeyleri arasında pozitif yönde kuvvetli bir ilişki vardır ($p<0,01$).

Sonuç: Sosyalleşme ve mutluluk düzeyleri her iki faktörün doğru orantıda olduğu saptanırken, göz önünde bulundurulan demografik özellikler ile oluşturulan istatistik analizler ile personellerin medeni durumlarındaki farklılık sosyalleşme ve mutluluk düzeylerinde etkilidir. Personelin mutluluklarının yüksek olması sosyalleşmeyi büyük oranda etkileyip arttırdığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyalleşme, Mutluluk, Sosyalleşme Ölçeği, Spor İstanbul.

TO BE ANALYZED OF THE LEVEL OF HAPPINESS AND SOCIALIZING OF SPOR ISTANBUL STAFF IN ISTANBUL METROPOLITAN MUNICIPALITY

Abstract Aim: The aim of this scientific study is to search to the level of happiness and socializing of the staff of Spor İstanbul that is one of the subsidiary companies of Istanbul Metropolitan Municipilaty.

Method: In this study process, there are totally 1367 staffs working within Spor İstanbul who are 617 trainers, 214 booking staff, 324 cleaning staff, 64 pitch staff, 28 disabled staff, 47 plant management chief, 73 plant

management chief assistant. 91 persons have attended to this study voluntarily. In this study, within the process of being searched of the level of happiness and socializing, Oxford Happiness Scale has been used. For searching the level of socializing area of people, socializing scale has been used and internal consistency parameter has been defined as as 0.77. Mann Whitney-U test has been carried out for the difference between socializing and happiness level with sexes and marital status of Spor İstanbul staffs. Kruskall Wallis test has been carried out for the difference between socializing and happiness level with age groups and educational background. The significance level in statistical accounting has been defined as 0.05. Nonparametric test statistics have been used for the difference and the relation between the level of socializing and happiness with the socio cultural factors.

Results: According to the datas acquired by the end of the study, meaningful difference at sex, age and education factors (p>0,05) has not been occured between the socializing and happiness level but in marital status factor (p=0,05), it has been occured. There is a strong relation in positive way between the level of happiness and socializing levels of Spor Istanbul staffs (p<0,01). Outcome: While socialising and happiness levels- both factors- are detemined to be directly proportionate, the date- which is formed with considered demographic features and the differences between marital Stratus of the personnel are effective on socialising an happiness levels. It can be said that being happier of the personnel substantially affects and increases socialising.

Key Words: Socializing, Happiness, Socializing scale, Spor Istanbul

SB150

GENÇLİK VE SPOR İL MÜDÜRLÜĞÜNE BAĞLI SPOR TESİSLERİNİN MEMNUNİYET DÜZEYLERİNİN INCELENMESİ (AYDIN ILİ ÖRNEĞİ)

[2]Savaş DUMAN, [1]Kutluhan DEMİR, [3]Günseli DUMAN, [4]Özge Deniz TURGUTOĞLU, [4]Yusuf YEŞİLYURT, [4]Kaan ÇADIR, [4]Engin ARSLAN

[1]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Çine Meslek Yüksekokulu, AYDIN
[2]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, AYDIN
[3]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Didim Meslek Yüksekokulu, AYDIN
[4]Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Y.L., AYDIN

Email : *savas.duman@adu.edu.tr, kutluhan.demir@adu.edu.tr, gduman@adu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: İnsanlar tarafından fiziksel aktivite ve sporun öneminin daha iyi anlaşılması, sağlıklı ve zinde bir yaşamın devam ettirebilmesi, hareketli bir yaşam için spor salonlarına, fıtness ve rekreatif faaliyetlere daha bilinçli ve daha etkin katılım sağlamaya başlamışlardır. Buna bağlı olarak ihtiyaç duyulan fıtness ve crossfıt salonları, sağlıklı yaşam merkezleri ve spor komplekslerinde ciddi bir artış meydana gelmiştir. Bu spor merkezleri, kamu ve özel spor merkezleri olarak iki grup altında incelenebilir. Kamu adı altında Belediyeler ve Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Spor Genel Müdürlükleri görev almaktadır. İnsanların serbest zamanlarının değerlendirilmesi ve kaliteli vakit geçirilmesi için (sosyal, sportif ve kültürel etkinlik ve faaliyetler) gençlik merkezleri; Gençlik ve Spor İl/İlçe Müdürlüklerine bağlı olarak görev yapan kurumlardır (Aycan, 2005). Bu çalışmanın amacı Aydın İli Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı spor tesislerinin memnuniyet düzeyini belirlemektir. Araştırmanın örneklemini, Aydın Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı spor tesislerini kullanan 99 kadın 103 erkek olmak üzere toplamda 202 katılımcı oluşturmaktadır.

Yöntem: Çalışmada veri toplama aracı olarak Yıldırım (2017) tarafından geliştirilen Spor Tesisleri Müşteri Memnuniyet Ölçeği kullanılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi SPSS 20 paket programıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, Spor Tesisi Müşteri Memnuniyetinin cinsiyet değişkeni, anket sorularına verilen cevaplar, spor tesisi kullanma sıklığına göre bakıldığında anlamlı farklılıklar bulunurken ($p<0.05$), yaş değişkeni, kullanılan spor salonu, eğitim düzeyi, millilik durumu ve spor branşına değişkenine göre hiçbir anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur ($p>0.005$).

Sonuç olarak, spor tesisleri müşteri memnuniyeti incelendiğinde sadece cinsiyet değişkenine göre 7 anket maddesinde ve spor tesisi kullanma sıklığında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Spor, Spor Tesisi, Müşteri Memnuniyeti

Examination Of The Satisfaction Levels Of The Sports Facilities Affiliated To The Youth And Sports Provincial Directorate (Aydın Province Example)

Introduction and Purpose: They have made more conscious and more active participation in sports halls, fıtness and recreational activities for a better understanding of the importance of physical activity and sports by people, maintaining a healthy and energetic life, and an active life. Accordingly, there has been a serious increase in the needed fitness and CrossFit halls, wellness centers and sports complexes. These sports centers can be examined under two groups as public and private sports centers. Municipalities and Sports General Directorates

affiliated to the Ministry of Youth and Sports work under the public name. Youth Sports Centers for people to spend their leisure time and quality time (social, sports and cultural activities and activities); they are the institutions that work under the district directorate of Youth and Sports (Aycan, 2005).the purpose of this study is to determine the level of satisfaction of sport facilities connected to Aydın Provincial Youth Services and Sports Provincial Directorate. The sample of the study consisted of 202 participants consisting of 99 women and 103 men using sports facilities connected to the Aydın Youth Services and Sports Provincial Directorate.

Method: The Sports Facilities Customer Satisfaction Scale developed by Yıldırım (2017) was used as a data collection tool in the study. Explaratory factor analysis was done with the SPSS 20 package program. According to research findings, Sports Facility Customer Satisfaction, gender change, answers to survey questions, there were significant differences according to frequency of using sports facilities ($p < 0.05$), age variable,used gym,education level,national player status and there was no significant difference according to the sport branch variable ($p > 0.005$).

As a result, when the customer satisfaction of sports facilities was examined, a significant difference was found in 7 questionnaire items and frequency of using sports facilities by only gender variable ($p < 0.05$).

Keywords: Sport, Sports Facility, Customer happiness

SB154

COVİD-19 NORMALLEŞME SÜRECİNDE SPOR İSTANBUL TESİSLERİNDE ALINAN ÖNLEMLERE İLİŞKİN HİZMET KALİTESİNİN MÜŞTERİ MEMNUNİYETİ ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Gönül AK*, [1]Işık ŞİŞMAN**

[1]Spor İstanbul, İstanbul

Email : *gonulak86@gmail.com, isiktabay@gmail.com*

Giriş: Hizmet sektöründe kalite; "müşterilerin ihtiyaçlarına yönelik olarak sürdürülebilir bir başarı ile sunulan hizmetin eksiksiz ve hatasız gerçekleştirilmesi, bunun sonucunda ölçülen ve değerlendirilen müşteri memnuniyeti ile doğru orantılı olan bir unsur olarak kabul edilmektedir.

Amaç: Bu araştırmada, İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin 16 milyon İstanbullunun yararlanabilmesi için hizmet veren Spor İstanbul kurumunun, hizmet verdiği tüm tesislerde yeni normal döneme uygun olarak alınan önlemlere ilişkin hizmet kalite algısının müşteri memnuniyeti üzerine etkisini araştırmaktır.

Yöntem: Araştırmanın örneklemini aktif olarak tesislerden yararlanan anket sorularına gönüllü olarak yanıt veren 562 üye oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Veriler, SPSS (Statistical Package Program for Social Science) 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Anket sorunlarının yanıtları için beşli likert ölçeği (1: kesinlikle katılmıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum) kullanılmıştır. Veri toplama aracının birinci bölümünde sosyo-demografik bilgi formu yer almaktadır. İkinci bölümünde araştırmacı tarafından geliştirilen "Covid-19 Önlemlerine İlişkin Hizmet Kalitesi" ölçeği yer almaktadır. Veri toplama aracının üçüncü bölümünde ise araştırmacı tarafından geliştirilen "Covid-19 Önlemlerine İlişkin Müşteri Memnuniyeti" ölçeği yer almaktadır. Hizmet kalitesi algısı ile müşteri memnuniyeti arasındaki ilişkinin analizinde Pearson korelasyonundan yararlanılmıştır. Hizmet kalitesi algısının müşteri memnuniyeti üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla regresyon analizinden yararlanılmıştır. Ölçümlerin güvenilirliği için Cronbach Alpha yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Covid-19 önlemlerine ilişkin hizmet kalitesi algısının müşteri memnuniyeti üzerindeki etkisini gösteren modelin uygun olduğu ($F(1;559)=1079,35$; $p<0,05$) görülmektedir. Covid-19 önlemlerine ilişkin hizmet kalitesi algısı, müşteri memnuniyeti üzerindeki değişimin yaklaşık %66'sını açıklamaktadır ($\Delta R2=0,659$). Modeldeki standardize edilmiş regresyon katsayısı (β) ve katsayının anlamlılığına (t) göre, Covid-19 önlemlerine ilişkin hizmet kalitesi algısı, müşteri memnuniyeti üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkiye sahiptir ($\beta=0,81$; $t=32,68$; $p<0,05$).

Sonuç: İstatiksel analiz sonuçları incelendiğinde fiziksel görünüm ve hesap verebilirlik hizmetlerine ilişkin olumlu algının artması müşteri memnuniyetinin artmasına neden olmaktadır. Hizmet kalitesine ilişkin olumlu algının artması müşteri memnuniyetinin artmasına neden olmaktadır.

Anahtar Kelime: Spor, Hizmet Kalitesi, Müşteri memnuniyeti

COVID-19 SPORT IN THE PROCESS OF NORMALIZATION EFFECT OF SERVICE QUALITY ON CUSTOMER SATISFACTION RELATED TO MEASURES TAKEN IN ISTANBUL FACILITIES

Summary Introduction: Quality in the service sector; “the complete and error-free realization of the service provided with sustainable success for the needs of customers is considered an element that is directly proportional to the customer satisfaction measured and evaluated as a result.

Purpose: In this research, the Istanbul Metropolitan Municipality's 16 million Istanbulites can benefit from the Sports Istanbul institution, all the facilities it serves in accordance with the new normal period related to the measures taken to investigate the impact of service quality perception on customer satisfaction.

Method: The sample of the research is composed of 562 members who voluntarily respond to survey questions that actively benefit from the facilities. A survey form consisting of three parts was used as a data collection tool. The data was analyzed using the SPSS (Statistical Package Program for Social Science) 21.0 program. For responses to survey problems, The Fiver likert scale (1: strongly disagree, 5: strongly agree) was used. The first part of the data collection tool is the socio-demographic information form. The second part is the “quality of service related to Covid-19 measures” scale developed by the researcher. The third part of the data collection tool is the “customer satisfaction with Covid-19 measures” scale developed by the researcher. Pearson correlation was used in the analysis of the relationship between service quality perception and customer satisfaction. Regression analysis was used to determine the effect of service quality perception on customer satisfaction. The Cronbach Alpha method was used for the reliability of the measurements.

Findings: ($F(1;559)=1079.35$; $p<0.05$) is suitable for the model showing the effect of service quality perception on customer satisfaction related to Covid-19 measures. The perception of quality of Service regarding Covid-19 measures accounts for about 66% of the change in customer satisfaction ($\Delta R2=0.659$). According to the standardized regression coefficient (β) and the significance of the coefficient (t) in the model, the perception of quality of service related to Covid-19 measures has a positive and significant effect on customer satisfaction ($\beta=0.81$; $t=32,68$; $p<0.05$).

Result: When the results of statistical analysis are examined, an increase in positive perception of physical appearance and accountability Services leads to an increase in customer satisfaction. An increase in positive perception of service quality leads to an increase in customer satisfaction.

Key words: Sports, service quality, customer satisfaction

SPOR SOSYOLOJİSİ / SPORTS SOCIOLOGY

SB7

SAVUNMA SPORLARI YAPAN SPORCULAR İLE DİĞER BİREYSEL SPORLARI YAPAN SPORCULARIN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Hüdaverdi Mamak

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi/NİĞDE

Şiddet ve saldırganlık;Sporda ve sosyal hayatta çok fazla karşılaştığımız toplumsal bir yaradır Bu bağlamda özellikle savunma sporları yapan sporcuların saldırganlık düzeyleri ilgi çekici bir durum halini almıştır. Bu araştırmaya Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinden 37 bireysel ve 63 savunma sporu toplam 100 sporcu öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların saldırganlık düzeylerinin belirlenmesinde Kiper (1984) tarafından geliştirmiş olan saldırganlık ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde yüzde, frekans, Independent Sample T testi ve One Way Anova testleri kullanılmıştır. Cinsiyet, spor branşı, yaş, eğitim durumu, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Cinsiyete göre değerlendirildiğinde; erkeklerin kadınlara göre edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık eğilimlerin daha yüksek, savunma sporu yapanların diğer bireysel sporları yapanlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur. Sporcuların yaşa göre saldırganlık durumları incelendiğinde sonuçların gençlerin lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sporcuların eğitim durumları, anne-baba eğitim durumlarına göre saldırganlık düzeyleri incelendiğinde yıkıcı, edilgen, genel saldırganlık ve atılganlık düzeylerinde anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. İstatistiksel analizlerde İstatistik Programından (SPSS 22,0) yararlanılmıştır.

Anahtar Kelimeler:Sporcu,Şiddet,Saldırganlık

NVESTIGATION OF THE ATTITUDE LEVEL OF THE ATHLETE

Violence and aggression is a social wound that we encounter a lot in sports and social life. In this context, the aggression levels of athletes engaged in defense sports have become interesting. A total of 100 athlete students from 37 individual and 63 defense sports from Niğde Ömer Halisdemir University Faculty of Sport Sciences participated in this research. The aggression scale developed by Kiper (1984) was applied to determine the aggression levels of the athletes participating in the research. Percentage, frequency, Independent Sample T test and One Way Anova tests were used to analyze the data. Statistically significant results were obtained according to gender, sports branch, age, education level, mother education level and father education level. When evaluated by gender; it was found that the tendency of passive aggression and general aggression of men compared to women was higher, and those who engaged in defense sports had a higher average than those doing other individual sports. When the aggression status of athletes by age is examined, it is concluded that the results are in favor of the youth. When the aggression levels of the athletes are analyzed according to their educational status, and their parents' educational status, meaningful results were obtained at the levels of destructive, passive, general aggression and assertiveness. The Statistical Program (SPSS 22.0) was used in statistical analysis.

Keywords: Athlete, Violence, Aggression

SB15

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK PSİKOLOJİK YETENEK SEVİYELERİNİN BAZI DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER BAKIMINDAN İNCELENMESİ

***[1]Şeyma Durna*, [1]Leyla Saçak**

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi/Kahramanmaraş

Email : *sym.drn@hotmail.com, leylasacak46@gmail.com*

Bu araştırmada ortaokullarda öğrenim gören sporcu öğrencilerinspora yönelik psikolojik yetenek seviyelerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nicel bir çalışma olup betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemi Gaziantep ve Kahramanmaraş İl Milli Eğitim Müdürlüklerinin (Merkez İlçeler) bünyesinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören sporcu öğrencilerden oluşan 297 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri istatistik yazılım programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri analizi için aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiş, değişkenlere ilişkin alınan puanların farklılaşma durumlarını belirlemede t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testinden yararlanılmıştır.Farkın hangi gruplar arasından kaynaklandığını belirlemek için ise Scheffetesti yapılmıştır. Araştırma sonucunda; katılımcıların spora yönelik psikolojik yetenekseviyelerininkatılım ili, cinsiyet ve sınıf düzeyleri değişkenleri bakımından anlamlı bir biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Baba eğitim durumu, anne eğitim durumu,aile aylık geliri vebranş kategorisi değişkenleri bakımından ise anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci,Spor, Psikolojik Yetenek.

SECONDARY SCHOOL STUDENTS INVESTIGATION OF SPORTS-BASED PSYCHOLOGICAL TALENT LEVELS BY SOME DEMOGRAPHIC VARIABLES

Abstract: In this study, it is aimed to examine the level of psychological ability of sportsman students who study in secondary schools. The research is a quantitative study and was carried out in the descriptive survey model. The sample of the study consists of 297 participants, consisting of athletes studying at secondary schools in Gaziantep and Kahramanmaraş Provincial Directorate of National Education (Central Districts).The data of the research were analyzed by using statistical software program. For data analysis, arithmetic mean and standard deviation values were determined, t-Test and One-Way Variance Analysis (ANOVA) test were used to determine the differentiation status of the scores received for the variables. As a result of the research; It was determined that the psychological ability levels of the participants differed significantly in terms of participation province, gender and class levels. No significant differences were found in terms of father's education, mother's education, family's monthly income and branch category variables.

Keywords: Student, Sport,Psychological Ability.

SB22

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL STATÜ ALGILARININ İNCELENMESİ

[2]Yunus Emre Güler, [1]Hikmet Turkay, [3]Tekin Çolakoğlu

[1]Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane
[2]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor ABD. Ankara
[3]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Email : *yunusemregulerr@gmail.com, hikmet.turkay@gumushane.edu.tr*

Amaç: Bu çalışmanın amacı, spor lisesi öğrencilerinin sosyal statü algılarının çeşitli sosyodemografik özellikler açısından incelenmesi ve psikometrik farklılıkların ortaya çıkarılmasıdır.

Yöntem: Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kapsamındadır. Araştırmanın çalışma grubunu, 80 erkek ve 72 kız öğrenci olmak üzere toplam 152 spor lisesi öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin sosyal statü algılarını ölçmek amacıyla, Goodman (2001) tarafından geliştirilen ve Turkay ve diğ., (2018) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Öznel Sosyal Statü Ölçeği uygulanmıştır. Toplanan verilerin dağılımını incelemek üzere normallik testleri uygulanmıştır ve çıkan sonuçlar kapsamında araştırmada, parametrik test yöntemlerinin kullanılmasına karar verilmiştir.

Sonuç: Araştırmada sonuç olarak; spor lisesi öğrencilerinin yaşlarına, spor yapıp yapmama durumlarına ve haftalık spor yapma sürelerine göre sosyal statü algılarında anlamlı farklar görülürken, öğrencilerin cinsiyetlerine göre sosyal statü algılarında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır.

INVESTIGATION OF SOCIAL STATUS PERCEPTIONS OF SPORTS HIGH SCHOOL STUDENTS

Objectives: The aim of this study is to examine the social status perceptions of sports high school students in terms of various sociodemographic characteristics and to reveal psychometric differences.

Method: The research is within the scope of scanning model, one of the quantitative research methods. The study group of the study consists of 152 sports high school students, 80 boys and 72 girls. In order to measure students' perception of social status, Subjective Social Status Scale developed by Goodman (2001) and adapted to Turkish by Turkay et al. (2018) was applied. Normality tests were applied to examine the distribution of the collected data, and within the scope of the results, it was decided to use parametric test methods in the study.

Conclusion: As a result of the research; While there were significant differences in social status perceptions of sports high school students according to their ages, whether they do sports or not, and their weekly duration of doing sports, no difference was found in perceptions of social status by gender.

SB101

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MİZAH TARZLARININ İNCELENMESİ

[1]Fatih KIRKBİR, [2]Ünsal ALTINIŞIK, [3]Samet ZENGİN, [4]Akın ÇELİK

[1]Karadeniz Teknik Üniversitesi Beden Eğitimi Bölümü
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[3]Avrasya Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü
[4]Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *fatihkirkbir@gmail.com, fatihkirkbir@gmail.com, unsalaltinisik@gmail.com, sametzengin10@gmail.com, akincelik@trabzon.edu.tr*

Amaç: Bu araştırma üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarını bazı değişkenler açısından incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma grubunu 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında, Avrasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesinde spor eğitimi alan 31 (%24.6)'i kadın, 95 (%75.4)'i erkek olmak üzere toplam 126 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ile Yerlikaya (2003) tarafından geliştirilen "Mizah Tarzları Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenini mizah tarzları, bağımsız değişkenlerini ise cinsiyet, yaş, sınıf ve algılanan gelir düzeyi oluşturmaktadır. Veri toplama süreci sonucunda elde dilen bulgular bilgisayar ortamına aktarılmış, verilerin çözüm ve yorumlanmasında betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), t-testi ve tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır.

Sonuç: Yapılan analizler sonucunda mizah tarzları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık görülmezken, yaş, sınıf ve algılanan gelir düzeyine göre anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mizah, Mizah Tarzları, Üniversite Öğrencileri

Investigation Of The Humor Styles Of The University Students

Aim: The goal of the current research is to examine the the humor styles of university students in terms of some variables.

Methods: The research group consists of 126 university students, 31 (24.6%) female and 95 (75.4%) male, who receive sports training in the Faculty of Health Sciences of Avrasya University in the 2019-2020 academic year. As a data collection instruments, we used "Personal Information Form" which was designed by the researchers and "Humor Styles Scale", developed by Yerlikaya (2003) were used. The dependent variable of the study is Humor Styles, independent variables are gender, age, class and perceived income level. As a result of the data collection process, the obtained data were transferred to computer, descriptive statistics (frequency, arithmetic mean, standard deviation), one-way ANOVA (one-way ANOVA) were used in the analysis and interpretation of the data.

Result: As a result of the analysis, no significant difference was observed between humor styles and gender, but a significant relationship was found according to age, class and perceived income level.

Keywords: Humor, Humor Styles, University Students

SB104

BİREYLERİN ALGILADIKLARI SOSYAL YETKİNLİK VE FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILMA ENGELLERİNİN ARAŞTIRILMASI (Çorum İli Örneği)

[2]Gamze DERYAHANOĞLU, [1]Ozan YILMAZ, [3]Muhammed DEDE

[1]Spor Bilimleri Uzmanı, Serbest Araştırmacı, KOCAELİ
[2]Dr. Öğr. Üyesi, Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,ÇORUM
[3]Lisans Mezunu, Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ÇORUM

Email : *gamze_dryhngl@hotmail.com, ozanyilmaz57@gmail.com, mhasandd@gmail.com*

Bu çalışmada Çorum ilinde yaşayan bireylerin algıladıkları sosyal yetkinlik ve fiziksel aktiviteye katılma engellerinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya 216'sı kadın, 284'ü erkek olmak üzere toplam 500 birey gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu, algılanan sosyal yetkinlik ölçeği (Sarıçam, Akın, Akın Ü, & Çardak, 2013) ve fiziksel aktivite engelleri ölçeği (Yurtçiçek , Hotun Şahin, & Miral, 2018) kullanılmıştır. Verilerin analizinde aritmetik ortalama, Shapiro-Wilk, İkili karşılaştırmalarda Mann-Whitney U, çoklu karşılaştırmalarda Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır. Yapılan analizler değerlendirildiğinde; cinsiyet, yaş, özel, kamu ve öğrenci olarak ayrılan meslek sahibi olma değişkeni katılımcıların fiziksel aktivite ve algılanan sosyal yetkinlik puanlarında anlamlı fark yaramazken ($p>0.05$), medeni durumları algılanan sosyal yetkinlik puanlarında sahip oldukları çocuk sayıları hem fiziksel aktivite engelleri (Çocuk sahibi olmayanlar ile 3 ve üzeri çocuk olanlar), hem de algılanan sosyal yetkinlik puanları (çocuk sahibi olmayanlar ile 1-2 çocuk sahibi olanlar) arasında anlamlı farklılık yarattığı tespit edilmiştir. Çorum'da yaşama süreleri değerlendirildiğinde ise sadece fiziksel aktivite engellerinde (0-10 yıl ile 11-20 yıl arası) anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, Sosyal yetkinlik, Aktif yaşam, Sosyal yaşam

INVESTIGATION OF INDIVIDUALS PERCEIVED SOCIAL COMPETENCY AND BARRIERS TO PARTICIPATING IN PHYSICAL ACTIVITY (Corum Province Example)

In this study, it was aimed to investigate the perceived social competence and the barriers to participating in physical activity of individuals living in Corum. A total of 500 individuals, 216 women and 284 men, voluntarily participated in the study. Personal information form perceived social competence scale (Sarıçam, Akın, Akın Ü, & Çardak, 2013) and physical activity barriers scale (Yurtçiçek, Hotun Şahin, & Miral, 2018) were used in the study. The arithmetic mean Shapiro-Wilk, Mann-Whitney U for paired comparisons, Kruskal Wallis test for multiple comparisons were used in data analysis. When the analyzes are evaluated; no significant difference was found in the physical activity and perceived social competence scores of the participants in the variable of having a profession, which is divided into gender, age, private, public and student ($p>0.05$). It has been determined that the number of children they have in the perceived social competence scores of marital status creates a significant difference between each physical activity barrier (those who have no children and those with 3 or more children) and their perceived social competence scores (those who do not have children and those who have 1-2 children). When the duration of life in Çorum was evaluated, a significant difference was found only in physical activity barriers (between 0-10 years and 11- 20 years) ($p <0.05$).

Keywords: Physical activity, Social competence, Active life, Social life

SB131

ANTRENÖRLÜĞE SOSYOLOJİK YAKLAŞIMLAR: TÜRKİYE'DE ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİNDE SOSYOLOJİNİN YERİ

[1]Evren Işık

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

GİRİŞ: Spor sosyolojisinin gelişimiyle antrenörlükle ilgili araştırmaların sayısı son yıllarda artmaya ve antrenörlüğün çok yönlü doğası daha da görünür olmaya başladı. Tek boyutlu, indirgemeci, antrenörü teknik uzmanlık düzeyinde değerlendiren çalışma ve tanımların yerini antrenörlük sürecini çok yönlü bir şekilde ele alan çalışma ve tanımlar almaya başlıyor. Fakat antrenörlük mesleği için dikkate alınması gereken en açık "tanımlama" antrenörlüğün yoğun olarak sosyal etkileşime dayalı bir meslek olduğudur. Antrenörler, sadece antrenman planlama ve uygulamayla sorumlu teknisyenler değildirler. Bir öğretmen gibi pedagojik becerilere, bir psikoloğun rehberlik bilgisine, fizyoloğun antrenman deneyimine ve bir yöneticinin yönetme ve liderlik becerilerine ihtiyaç duyarlar. Beden eğitimi öğretmenlerinden farklı olarak oldukça spontane ve öngörülemez olan yarışmacı aktivitelerin gidişat ve sonuçlarından da sorumludurlar. Bunun yanında meslekleri gereği sürekli kamusal alanda görünür olmak zorundadırlar. Sporcular, sporcu aileleri, diğer meslektaşları, yöneticiler, medya mensupları gibi birçok odak tarafından gözlemlenirler ve tüm bu unsurlarla iletişim halindedirler. Bu nedenle antrenörlüğün dinamik yapısı farklı sosyal faktörler göz önüne alınmaksızın eksik kalacaktır.

AMAÇ: Bu çalışmada, antrenörlüğün ve toplumsal bir aktör olarak antrenörün farklı sosyolojik yaklaşımlar çerçevesinde nasıl değerlendirilebileceği ve Türkiye'de antrenörlük eğitiminde sosyolojinin yeri tartışılacaktır. Antrenörlüğün karmaşık doğası, onun toplumsal doğasını kavramayı da zorlaştırır. Bu nedenle yüzeysel bir "meslek" tanımından fazlasını gerektirir. Bu karmaşıklığı çözebilmek için sosyolojik analiz yöntemlerinden, insanı toplumsal olanla ilişkisel olarak kavrayan yaklaşımından derinlemesine yararlanılması oldukça önemlidir. Sosyolojinin olanaklarını derinlemesine kullanarak antrenörlük mesleğinin doğasını kavrayabilmek için, bu yönde yapılacak çalışmaların sayısını arttırmak elzemdir.

YÖNTEM: Bu amaçla çalışmada antrenörlük mesleğinin, Erving Goffman'ın etkileşim teorisi; Michel Foucault'un disiplin, söylem, bilgi ve iktidar; Pierre Bourdieu'nun habitus, kavramlarına odaklanarak sosyolojik açıdan nasıl kavranabileceği; sosyolojik kuramların Türkiye'de antrenörlük mesleğinin kavranılabilmesinde ve antrenörlük mesleğinin icrasında nasıl bir katkısının olabileceği karşılaştırmalı olarak tartışılacaktır.

SONUÇ: Bu tartışma sonucunda varılmak istenen nokta antrenörlük mesleğinin kendisinin sosyolojik bir olgu olduğu ve antrenörlük eğitimi alan bireylerin bunun farkındalığıyla yetiştirilmesinin mesleğe yapacağı katkının önemini belirtmektir.

Sociological Approaches To Coaching: The Importance Of Sociology In The Education Of Sports Coaches In Turkey

Introduction: With the development of sports sociology, the number of research studies on sports coaching has increased in recent years and the multifaceted nature of sports coaching has become more visible. One-dimensional, reductionist studies and definitions that evaluate the sports coaching at the level of technical expertise are starting to be replaced by studies and definitions that address the coaching process in a versatile

way. However, the clearest "definition" to be considered for the coaching profession is that coaching is a profession that is heavily dependent on social interaction. Sports coaches are not only technicians responsible for training planning and implementation. Like a teacher, they need pedagogical skills, the mentoring knowledge of a psychologist, the training experience of a physiologist, and the management and leadership skills of a manager. Unlike physical education teachers, they are also responsible for the process and results of competitive activities, which are quite spontaneous and unpredictable. Besides, they must always be visible in the public sphere due to their profession. Sports coaches are observed by many agents such as athletes, athletes' families, other colleagues, managers, media members and they are in contact with all these agents. Therefore, the dynamic nature of coaching will be incomplete without an understanding of different social factors.

Aim: In this study, how coaching can be evaluated within the framework of different sociological approaches will be discussed. In addition, this study will examine how the trainer as a social actor is evaluated by different sociological approaches. Finally, the study will focus on the importance of sociology in coaching education in Turkey. The complex nature of coaching also makes it difficult to grasp its social nature. Therefore, it requires more than a superficial definition of "profession". In order to solve this complexity, it is very important to make use of the analysis methods of sociological theories, and the approach that understands the human in relation to the social. It is essential to understand the nature of the sports coaching profession by using the possibilities of sociology in depth and increasing the number of studies to be done in this direction.

Method: For this purpose, the study will examine how the coaching profession can be understood sociologically by focusing on Erving Goffman's interaction theory, Michel Foucault's discipline, discourse, knowledge and power and Pierre Bourdieu's habitus concepts. At the same time, the contribution of sociological theories to the understanding of the coaching profession and the execution of the coaching profession in Turkey will be discussed.

Conclusion: As a result of this discussion, the aim is to show that the coaching profession is itself a sociological phenomenon and to emphasize the importance of the contribution of training individuals who receive coaching training with this awareness to the profession

SB167

NORMATİF VE SUÇLU ADDEDİLEN BEDEN ARASINDA KADIN FUTBOLUNDA BEDEN POLİTİKALARI

***[1]İrem Kavasoğlu*, [2]Mehmet Bozok**

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
[2]Maltepe Üniversitesi Sosyoloji (İngilizce) Bölümü

***Email :** mehmetbozok@yahoo.co.uk*

Dünyada olduğu gibi Türkiye'de de futbol, cinsiyetlendirilmiş yapısı nedeniyle kadınların erkeklerden daha geç ve daha sınırlı sayıda katılım gösterdiği eşitsizliklerle örülü bir alandır. Bu alanda katı ve titizlikle işleyen cinsiyetlendirilmiş dünya görüşünün hedefinde ise kadın futbolcular yer alır. Alanın ötekisi olarak konumlandırılan kadın futbolcular için alana dahil olmanın dikkate değer şartları vardır. Bunlardan en belirgini ise beden imajıdır. Bu araştırma kadın futbolcuların beden görünümleri üzerinden, kadın futbolundaki beden politikalarını Foucault'nun kavramsal araçlarına başvurarak analiz etmeyi amaçlıyor. Nitel araştırma desenlerinden fenomenolojik yaklaşımı benimseyen bu araştırmanın katılımcıları beş kadın futbolcudur. Amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt ve kartopu örnekleme göre belirlediğimiz bu katılımcılarla, yarı yapılandırılmış derinlemesine bireysel görüşmeler gerçekleştirdik. Tematik analiz sonucunda ortaya çıkan bulgular, futbolcuların beden imajının onların alandaki konumları üzerinde önemli rol oynadığını göstermektedir. Beden, disiplinci iktidara göre normal ya da anormal kabul edilmekte; normal kabul edilen bedenler ve öznellikler toplumdaki ideal kadın bedeni ile örtüşmekte; öteki bedenler ise norma uymadıkları gerekçesi ise cezalandırılmaktadır. Bu ceza, ayrımcı ve homofobik pratiklerle dolaşıma girmektedir. Alandaki normatif beden ve öznellikler ise birtakım ayrıcalıklar deneyimlemektedir. Bunlar ise kulübün tanıtımında ve sponsorluk anlaşmalarında ön planda olmak, medya ve sosyal medyada daha görünür olmak, alanın özneleri tarafından -hakemler ve kulüp başkanları gibi- kollanmak, futboldaki kariyer basamaklarında daha baskısız ve hızlı yükselmek gibi unsurlardır. Sonuç olarak kadın futbolundaki beden politikalarının disiplinci iktidara göre şekillendiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kadın futbolu, beden, toplumsal cinsiyet, Foucault, disiplinci iktidar

BODY POLITICS IN WOMEN'S FOOTBALL BETWEEN NORMATIVE AND TRANSGRESSIVE BODIES

Because of its gendered structure, football is a field woven with inequalities in which women participate later and more limited than men in Turkey, like the rest of the world.Female footballers are the target of the gendered worldview that operates strictly and meticulously in this field.For female footballers who are positioned as "the other" of the field,there are considerable conditions for being involved in the field.The most prominent of these is the body image.This research aims to analyze the body politics in women's football by applying Foucault's conceptual tools through the body image of female players.The participants of this study, which adopt the phenomenological approach from qualitative research designs are five female footballers.We conducted semi-structured in-depth individual interviews with these participants,whom we determined according to criteria and snowball sampling, which are among purposeful sampling methods.The findings obtained as a result of the thematic analysis show that the body image of football players plays an important role in their position in the field.The body is considered normal or abnormal according to disciplinary power. Bodies and subjectivities accepted as normal coincide with the ideal female body in society.The other bodies are punished on the grounds

that they do not comply with the norm.This punishment is circulated with discriminatory and homophobic practices.Normative body and subjectivities in the field experience some privileges.These include factors such as being at the forefront of the promotion of the club and sponsorship agreements, being more visible in the media and social media, being favored by the subjects of the field- such as referees and club managers- and rising more pressureless and faster in the career steps in football.As a result,it can be said that body politics in women's football are shaped according to disciplinary power.

Keywords: Women's football, body, gender, Foucault, disciplinary power.

SB204

FARKLI DÜZEYLERDE SPOR YAPAN SPORCULARIN SPORTMENLİK ANLAYIŞ DÜZEYLERİ İLE YAŞAM KALİTELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

***[1]Cem Ekmekci*, [1]Çetin Özdilek**

[1]Dumlupınar Üniversitesi

Email : *cemekmekci7@gmail.com, cetin.ozdilek@dpu.edu.tr*

Yaşam kalitesi, günümüzde toplumların ulaşmak istedikleri çok önemli evrensel konulardan birisidir. Söz konusu faktör hayatın tüm alanlarını kapsayıp nitekim hayatın tüm alanlarından olumlu veya olumsuz şekilde etkilenmektedir. Sağlıklı bir vücudun ve sağlıklı bir yaşam kalitesinin fiziksel aktivite ile ilişkisinin bulunduğu birçok araştırma ile kanıtlanmıştır. Sportmenlik ise; çoğunlukla sportif aktivitelerle birlikte değerlendirilse de aslında yaşamın tüm alanlarındaki, etik davranışları, saygıyı, adilliği ve dürüstlüğü simgeleyen ve uyulması gerekli ahlaki değerler bütünüdür. Zira spor sevgi, barış, eşitlik gibi değerleri kapsayan çok yönlü bir aktiviteler bütünüdür. Bu çalışmanın öncelikli amacı sporcuların sportmenlik düzeyleri ve yaşam kalitesi düzeylerini tespit etmektir Araştırmanın bu amaca hizmet eden alt amaçları ise demografik faktörler - cinsiyet, yaş, baba-anne durumu, baba-anne öğrenim düzeyi, baba- anne meslek, gelir düzeyi, spordan gelir edile edip etmeme durumu, spordan elde etikleri gelir düzeyi, spor branşı- ile sportmenlik düzeyi ve yaşam kalitesi arasındaki farklılığı tespit etmektir. Araştırmanın evrenini Afyon ilindeki sporcular ve milli takım kamplarındaki sporcular oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, WHO'nun (1998) geliştirdiği ve Sevil (2015) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Yaşam Kalitesi Ölçeği "World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF) ve Gümüş vd. (2020) tarafından geliştirilen "Sportmenlik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda birçok demografik faktör ile sportmenlik ve yaşam kalitesi arasında farklılıklar tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda sporcuların sportmenlik düzeyleri ile cinsiyet, yaş, anne durum, spor yapma düzeyi, spor dalı, spordan elde edilen gelir, spordan elde edilen gelir düzeyi arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ancak sporcuların sportmenlik düzeyleri ile baba durum, anne-baba öğrenim düzeyi, anne-baba meslek, gelir arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Sporcuların yaşam kalitesi düzeyleri ile cinsiyet, yaş, anne-baba durum, anne-baba öğrenim düzeyi, anne-baba meslek, gelir, spor yapma düzeyi, spor dalı, spordan elde edilen gelir, spordan elde edilen gelir düzeyi arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır.

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTSMEN'S UNDERSTANDING OF SPORTSMANSHIP AND THEIR QUALITY OF LIFE WHO ENGAGED IN SPORTS AT DIFFERENT LEVELS

Quality of life is one of the most important universal issues that societies want to reach today. The factor in question covers all areas of life, and indeed it is affected positively or negatively from all areas of life. Many studies have proven that a healthy body and a healthy quality of life are related to physical activity. Sportsmanship is; Although it is mostly evaluated together with sportive activities, it is actually a collection of ethical values in all areas of life, which symbolize ethical behavior, respect, fairness and honesty. Because sports is a multi-faceted group of activities that includes values such as love, peace and equality. The primary purpose of this study is to determine athletes' level of sportsmanship and quality of life. The sub-objectives of this study are demographic factors - gender, age, father-mother status, father-mother education level, father-mother profession, income level, income from sports. Whether or not, determining the difference between sports ethics income level, sports branch- sportsmanship level and quality of life. The universe of the research consists of

athletes in the province of Afyon and athletes in the national team camps. In the research, the personal information form as a data collection tool, the Quality of Life Scale (WHOQOL-BREF) developed by WHO (1998) and whose validity and reliability study was conducted by Sevil (2015) and Gümüş et al. (2020) "Sportsmanship Scale" was used. As a result of the research, differences were found between sportsmanship and quality of life with many demographic factors. As a result of the research, significant differences were found between the sportsmanship levels of the athletes and the level of gender, age, maternal status, sports, sports, income from sports, and income from sports. However, there were no significant differences between athletes' level of sportsmanship and father status, mother-father education level, mother-father profession, and income. There were no significant differences between the quality of life of the athletes and gender, age, parental status, parental education level, parents' profession, income, level of doing sports, sports, income from sports, and income from sports.

SB215

KAMP LİDERLERİ ADAYLARININ KÜLTÜREL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Serdar ADIGÜZEL, [1]Baykal KARATAŞ, [3]Mustafa YILMAZ , [1]Mustafa VURAL

[1]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okullu.AĞRI
[2]Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu, SİİRT
[3]Spor Bakanlığı, ANKARA

Email : *yiilmazmustafa@gmail.com, mustafaavurall@gmail.com*

Gençlik ve Spor Bakanlığı (GSB) tarafından düzenlenen gençlik kampları gençlerin serbest zamanlarını çeşitli sosyal, kültürel ve sportif faaliyetlerle değerlendirmelerini sağlamak amacıyla kurulmuş tesislerdir. Müzik, el sanatları, tiyatro, halk oyunları, spor vb. alanlarda bilgi, beceri ve deneyim sahibi olanlardan açılan kurs ve seminerlere katılarak başarılı olanlar GSB tarafından "Gençlik Kampı Lideri" olarak görevlendirilir. GSB'nın düzenlemiş olduğu eğitimde: gençlik kampı liderleri müzik, tiyatro, halk oyunları, el sanatları ve spor branşlarında tecrübesi ve belgesi olanlar, eğitimi geçtikten sonra etkinlik lideri olarak görevlendirilirler.Kültürel zekâ; "bir insan, kendi çevresinde bulunmayan bir kültüre karşı alışık olmadığı ve tanımlayamadığı tutum ve davranışları, sorgusuz bir şekilde insan temelinde yorumlamasıdır. Aynı zamanda bireyin düşünme yeteneğini, farklı kültürden insanlarla iletişim konusunda daha yoğun bilgi edinebilmek ve farklı kültürden insanlar hakkındaki kabul edilemeyen bazı konuların zaman içerinde olumlu yönde değişmesini sağlayabilmek için becerikli ve esnek olmak" tanımlamaktadır.Araştırmanın evrenini gençlik spor bakanlığında gönüllü olarak görev yapan 600 kamp lideri oluşturmuş olup örneklemini ise 2019 yılında gençlik spor bakanlığı tarafından gerçekleştirilen temel kamp liderliği eğitimine katılan 270 gönüllü kamp lideri oluşturmuştur. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Ölçek alt boyutları ve toplam puanlarına ilişkin Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları sırasıyla üst bilişsel zekâ (,664), bilişsel kültürel zekâ (818), motivasyonel kültürel zekâ (,860), davranışsal kültürel zekâ (,620), kültürel zekâ genel (,880) olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılan gençlik merkezi liderlerinin üst bilişsel zekâ, bilişsel kültürel zekâ, davranışsal kültürel zekâ ve kültürel zekâ genel düzeylerinin orta seviyenin üzerinde olduğu, motivasyonel kültürel zekâ düzeylerinin ise yüksek seviyede olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan gençlik merkezi liderlerinin kültürel zekâ ölçeği alt boyutları ve toplam puanının yaş gruplarına göre karşılaştırılması incelendiğinde, araştırmaya katılan gençlik merkezi liderlerinin yaş gruplarına göre üst bilişsel zekâ, bilişsel kültürel zekâ, motivasyonel kültürel zekâ, davranışsal kültürel zekâ ve kültürel zekâ genel düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir (p>0,05).

Anahtar Kelimeler: Kültürel Zekâ, Lider, Gençlik Spor

Examination Of Cultural Intelligence Levels Of Camp Leader Candidates

Youth camps organized by the Ministry of Youth and Sports are facilities established to enable young people to spend their free time with various social, cultural and sportive activities. Music, crafts, theater, folk dances, sports, etc. Those who are successful in the courses and seminars opened by those who have real knowledge, experience and experience are appointed by GSB as the "Youth Camp Leader". In the training organized by GSB: youth camp leaders are assigned as a queue after their experience and documents in music, theater, folk dances, handicrafts and sports branches, and successful candidates are assigned to the youth camp as a group after completion. Cultural intelligence; "A person is an unquestioned interpretation of attitudes and behaviors that he is not accustomed to and cannot define against a culture that is not found in his environment. The universe of

the study was composed of 600 camp leaders who volunteered at the youth sports ministry, and the sample was made up of 270 volunteer camp leaders who participated in the basic camp leadership training conducted by the youth sports ministry in 2019. SPSS 22.0 program was used to analyze the obtained data. Cronbach's Alpha internal consistency coefficients for the scale sub-dimensions and total scores were respectively metacognitive intelligence (, 664), cognitive cultural intelligence (818), motivational cultural intelligence (, 860), behavioral cultural intelligence (, 620), cultural intelligence general (, 880).) was found. It is observed that the general levels of metacognitive intelligence, cognitive cultural intelligence, behavioral cultural intelligence and cultural intelligence of the youth center leaders participating in the study are above the middle level, while their motivational cultural intelligence levels are high. When the comparison of the sub-dimensions and total scores of the cultural intelligence scale of the youth center leaders participating in the study by age groups is examined

SB229

ÜNİVERSİTELİLERDE ELEKTRONİK OYUN BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK

[1]Günay Yıldızer, [2]İzzet Kırkaya, [3]Dilara Ebru Uçar

[1]Eskişsehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir
[2]Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat
[3]Anadolu Üniversitesi, Eskişehir

Email : *gunayyildizer@gmail.com, izzetkirkaya@windowslive.com, dilaraucar70@gmail.com*

Gelişen teknoloji ile birlikte en fazla ilgi gören sektörlerden bir tanesi dijital oyun sektörüdür. Günümüzde milyonlarca genç zamanlarının büyük çoğunluğunu dijital oyunlar oynayarak geçirmektedirler ve bu durum psikolojik sağlık için önemli sayılan sosyalleşme süreçlerini de olumsuz etkileyerek bireylerin yalnızlaşmasına neden olabilmektedir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık durumlarının yalnızlık hissi üzerinde oluşturduğu etkinin incelenmesidir. Bu bağlamda araştırmaya Eskişehir ve Bursa illerinde farklı fakültelerde öğrenimlerini sürdüren 80 kadın 129 erkek üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak UCLA yalnızlık ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanmıştır. 5'li Likert tipinde ki Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği değerlendirilirken ölçekte yer alan toplam 7 maddeden 3'üne 3 ve üzeri puan veren bireylerin normalin üzerinde dijital oyun oynadığı kabul edilir. Bu bağlamda katılımcıların 135'nin normalin üzerinde, 75'nin ise hiç ya da normal oranda dijital oyun oynadığı bulunmuştur. Analizlerin yürütülmesinde 2 yönlü varyans analizinden faydalanılmıştır. Elde edilen sonuçlar cinsiyet değişkeninin yalnızlık hissi üzerinde bir etki oluşturmadığını ortaya koyarken, oyun bağımlılığı yalnızlık hissi üzerinde önemli bir etki ortaya koymuştur, $F(3,205)=234,72$, $p=0.030$, $\eta 2= 0.023$. Her iki bağımsız değişkenin etkileşiminin de bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Elde edilen bulgular çocuklar, adölesanlar ve genç yetişkin kabul edilen üniversite öğrencileri arasında yaygın olduğu bilinen dijital oyunların gelecekte ortaya çıkabilecek hem fiziksel hem de psikolojik sorunları işaret eder niteliktedir. Bununla birlikte, araştırmaların bir bölümü bazı oyunların sosyalleşme açısından da önemli olduğunu ortaya koyması, gelecekte yürütülecek çalışmalarda oyunların türü ve bu oyunlardaki sosyalleşme yollarını dikkate alması gerekliliğini ön plana çıkarmaktadır.

Video Game Addiction And Loliness Among University Students

One of the most popular sectors is the digital game industry thanks to developing technology Nowadays, millions of young people spend most of their time playing digital games. This situation can negatively affect the socialization processes, which are considered important for psychological health, and cause individuals to become isolated. In this study, we aimed to see the effect of digital game addiction of university students on the feeling of loneliness. 80 female and 129 male university students studying in different faculties in Eskişehir and Bursa provinces participated in the study. UCLA loneliness scale and the Digital Game Addiction Scale used for collecting data process. Digital Game Addiction scale is consisted of 7 items with 5-Likert type. Individuals who score 3 or more on 3 items are considered to play digital games above normal. In this context, it was found that 135 of the participants played digital games above normal and 75 at normal level. Two-way analysis of variance was used for statistical analysis. The obtained results revealed that the gender variable did not have an effect on the feeling of loneliness, while game addiction showed a significant effect on the feeling of loneliness ($F(3,205)=234,72$, $p=0.030$, $\eta 2= 0.023$). It was observed that the interaction of both independent variables did not make a statistically significant difference on dependent variable. As a result of the results obtained, it has been observed that the psychological and physical effects of the potential problems that digital games will arise in the future may be effective on children, adolescents and university students who are accepted as young adults.

However, some of the studies reveal that some games are also important in terms of socialization, and it is necessary to consider the type of games and the ways of socialization in these games in future studies.

SB366

BETON DUVARLAR MI? YEŞİL ALANLAR MI? : İSTANBUL'DA BİR BELEDİYEYE AİT MİLLET BAHÇESİNDE SUNULAN YÜRÜYÜŞ PROGRAMINA DÜZENLİ KATILAN KADINLARIN DENEYİMLERİ

***[1]Yeşim Albayrak Kuruoğlu*, [2]Dilek Uzunçayır, [1]Ayşin Albayrak**

[1]Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, İSTANBUL
[2]Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ANKARA

***Email :** yesimkuruoglu@halic.edu.tr, dilekuzncyr36@gmail.com, aysinalbayrakegt@gmail.com*

Bu araştırmada, İstanbul Avrupa yakasında bulunan bir belediyeye ait millet bahçesinde, Kadın ve Aile Hizmetleri Müdürlüğü tarafından Covid-19 salgını normalleşme sürecinde sunulan "Sağlıklı Yaşam Yürüyüşü"ne düzenli katılan kadınların deneyimlerinin derinlemesine incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, temel nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik yaklaşımla gerçekleştirilmiş ve veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul Avrupa yakasında bir belediye sınırları içinde bulunan millet bahçesinde Temmuz- Ağustos 2020 tarihleri arasında (8 hafta) organize edilen yürüyüş programına, haftada 3 gün, günde 60 dk katılan 20 kadın arasından gönüllü olan 7 kadın (Yaş(yıl): 38,65± 4,06; Boy uzunluğu(cm): 162,1 ± 5,91 ; Vüc.ağr(kg): 72,69 ± 7,15) oluşturmuştur. Görüşmeler sırasında katılımcılardan izin alınarak ses kaydı yapılmış, elde edilen verilerin analizinde içerik analiz yöntemi kullanılmış, sorulara verilen cevaplar 5 kategori altında toplanmıştır. Bu kategoriler sırasıyla; "sedanter yaşam alışkanlıkları", "karar verme/motivasyon", "yönlenme/ yönlendirme", "kazanımlar", "öneriler" olarak belirlenmiştir. Belirlenen kategorilerden ise, toplamda 20 kod elde edilmiştir. Sonuç olarak, "yeni normal" olarak adlandırılan süreçte yerel yönetim hizmeti olarak açık hava yürüyüşlerine düzenli katılan kadınlar, bu aktivitelerin sedanter yaşam alışkanlıklarını farketmelerine, sokak kısıtlamaları sürecinden sonra katıldıkları açık hava etkinliğinin stres yönetimi, sosyalleşme, bazı hastalık şikayetlerinde azalma ve kilo verme gibi kazanımlar getirdiğini vurgulamışlardır. Bununla birlikte, ücretsiz sunulan bu hizmetten memnun olduklarını, açık havada ve doğada güvenle yürüyüş yapabilmelerini sağlayan bu tür belediye hizmetlerinin sürekliliğinin sağlanmasını dilediklerini ifade etmişlerdir.

CONCRETE WALLS OR GREEN LANDS? : EXPERIENCES OF WOMEN PARTICIPATING REGULARLY IN THE WALKING PROGRAM OFFERED IN THE MUNICIPALITY'S NATIONAL PARK IN ISTANBUL

In this study, it was aimed to examine in-depth the experiences of women who regularly participated in the "Walk for Health Program" organized by the Directorate of Women and Family Services in the normalization process of the Covid-19 outbreak in a municipality's national park on the European side of Istanbul. In the study, one of the basic qualitative research methods, phenomenological approach was carried out and semi-structured interview form was used as data collection tool. The working group of the study was 7 volunteers among 20 women who participated in the walking program organized between July and August 2020 (8 weeks) in the national park located in a municipality in the European side of Istanbul, 3 days a week, 60 minutes a day (Age (years): 38.65 ± 4.06; Height (cm): 162.1 ± 5.91; Body weight (kg): 72.69 ± 7.15). During the interviews, tape recording was made with the permission of the participants, content analysis method was used in the analysis of the data obtained, and the answers to the questions were collected under 5 categories. These categories are; "Sedentary life habits", "decision making / motivation", "guidance", "outcomes", "suggestions". A total of 20 codes were obtained

from the specified categories. As a result, women who regularly participate in outdoor walks as a local government service in the process called "new normal", help them to realize the sedentary life habits and gain benefits such as stress management, socialization, reduction in some symptoms of disease they have been suffering. Additionally, they expressed that they are satisfied with this free service and they wish to ensure the continuity of such municipal services that enable them to join safely in outdoor and in nature.

SB398

VÜCUT GELİŞTİRMEDE GEY ERKEK DENEYİMLERİNİN İLK ANALİZİ

***[1]İrem Kavasoğlu*, [2]Eric Anderson**

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
[2]University Of Winchester, Department Of Sport, Exercise & Health

***Email :** kavasogluirem@gmail.com, Eric.Anderson@winchester.ac.uk*

Türk toplumundaki geleneksel cinsiyet rolleri, eşcinsellik ve eşcinsellerle ilgili yanlış kanılar ve dinî homofobik tutum ve davranışlar için en etkili faktörler olarak sıralanabilir. Bu durum beden eğitimi ve spor kültürünün yoğun homofobi ile sarmalanmasına yol açmıştır. Heteroseksüel erkekliğin kalesi olarak algılanan bazı spor dallarında homofobik kültür daha katı bir biçimde işler. Vücut geliştirme tarihsel ve kültürel olarak erkeklikle ilişkilendirildiği için bu araştırmanın alanı olarak seçilmiştir. Bu nedenle bu araştırma, erkeklik ve heteroseksüelliğin güç, prestij ve hegemonik dini ahlak değerleriyle sarmalandığı bir vücut geliştirme ortamında eşcinsel erkeklerin deneyimlerini görünür kılmayı amaçlamaktadır. Aynı zamanda bu araştırma Türkiye'de vücut geliştirmedeki eşcinsel erkek deneyimlerinin ilk incelemesidir. Amaçlı örneklem yönteminden ölçüt örneklem yöntemine göre seçilen, rekreasyonel amaçlı vücut geliştirme deneyimi olan dört gey erkek araştırmanın katılımcılarını oluşturmuştur. Derinlemesine (online) bireysel görüşmeler yoluyla elde edilen veriler tematik analiz yöntemiyle analiz edilmiştir. Araştırmanın bulguları Türkiye'de gey erkek olmanın anlamı; bir ipte iki cambaz; gey erkeklerin homohisteri ile örülü vücut geliştirme deneyimleri ve direniş sembolü olarak pembe şort giymek temaları altında toplanmıştır. Bulgular Anderson'un (2009) Kapsayıcı Erkeklik teorisi ile analiz edilip yorumlanmıştır. Buna göre katılımcılar vücut geliştirme alanına gizli kimlikleri ile girebilmektedir ve eşcinsel olarak algılanmaktan endişe duymaktadırlar. Sonuç olarak, heteroseksüel erkeklerin tahakkümü ve homohisteri gey erkekleri vücut geliştirme alanının dışına itmektedir.

Anahtar kelimeler: Erkeklik, spor, gey erkekler, homohisteri, vücut geliştirme.

FIRST ANALYSIS OF GAY MALE EXPERIENCES IN BODYBUILDING

Traditional gender roles, misconceptions about homosexuality and homosexuals and religion were listed as the most influential factors for homophobic attitudes and behaviour in Turkish society. This situation has caused physical education and sports culture to be surrounded by intense homophobia. In some sports that are perceived as the stronghold of heterosexual masculinity, homophobic culture operates more strictly. Bodybuilding was chosen as the area of this research because it has historically and culturally been associated with masculinity. Therefore this research aims to make gay men's experiences visible in a bodybuilding setting, where masculinity and heterosexuality are wrapped with the values of power, prestige, and hegemonic religious morality. It is the first examination of gay male experiences in bodybuilding in Turkey. Four gay men with recreational bodybuilding experience, selected according to the criteria sampling method from the purposeful sampling method, constituted the participants of the study. The data obtained through in-depth individual interviews (online) were analyzed using thematic analysis method. The findings of the study are grouped under four themes: Meaning of being gay men in Turkey; Two acrobats on a rope; Bodybuilding experiences of gay men in minefield filled with homohysteria; Wearing pink shorts as a symbol of resistance. The findings were analyzed and interpreted with Anderson's (2009) Inclusive Masculinity theory. Accordingly, the participants can enter the bodybuilding field with their secret identities and they are worried about being perceived as homosexual. As a result, the domination of heterosexual men and homohysteria pushes gay men out of the field of bodybuilding.

Keywords: Masculinity, sport, gay men, homohysteria, bodybuilding.

SB471

YÜKSEK İRTİFA DAĞCILARININ COVİD-19 SÜRECİNDEKİ GÖRÜŞ VE DENEYİMLERİ

[1]Toprak Keskin, [1]Burak Güneş, [1]Şevket Cihat Özer, [1]Nurten Ulusay

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

Email : *toprakkeskin@hotmail.com, gunesburak82@gmail.com, scihatozer@gmail.com, nurtenulusay@nevsehir.edu.tr*

Giriş; Bu çalışmada, dağcılık sporu ile ilgilenen bireylerin pandemi sürecinden nasıl etkilendiklerine yönelik durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma ile kuram arasındaki köprüyü sağlamada Tersine Dönme Teorisi (reversal theory) kullanılmıştır.

Yöntem; Araştırmada, nitel araştırma desenlerinden durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda Türkiye Dağcılık Federasyonu (TDF) eğitimlerini tamamlamış, yüksek irtifa dağcılık faaliyetlerine katılmış 10 dağcı ile görüşülmüştür. Görüşmeler, pandemi dolayısı ile zoom programı aracılığı ile yapılarak kayıt altına alınmış ve elde edilen veriler içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular; Dağcıların ortak söylemleri; dağcılık sporunun kazandırdığı disiplin, bilgi ve becerilerin pandemi sürecinde uyulması gereken kurallara uymada, yeterli, dengeli beslenme ve gıda alışverişi konusunda yardımcı olduğu; doğayı sevdikleri için kendi ev ortamlarında bulunan bitkiler ve hayvanlarla doğaya duydukları özlemi gidermeye çalıştıkları, günlerce farklı şartlarda ve küçücük çadırlarda yaşayabilen bireyler oldukları için ev ortamının onlar için çok konforlu olduğu; zamanlarını dağcılıkla ilgili bilgilerini güncelleme ile geçirdiklerinden dolayı sıkılmadıkları yönündedir.

Sonuç; Dağcılık sporunun vermiş olduğu eğitim, disiplin beceri ve tecrübenin dağcıların bu süreci zorlanmadan geçirmelerine yardımcı olduğu söylenilebilir.

Views And Experiences Of High Altitude Mountaineers In The Covid-19 Process

Aim; In this study, it is aimed to examine the situation of individuals who are interested in mountaineering sports regarding how they are affected by the pandemic process. Reversal theory has been used to provide the bridge between work and theory.

Method; The case study method, one of the qualitative research designs, was used in the study. In this context, Turkey Mountaineering Federation (TDF) have completed their training were interviewed in 10 climbers participated in the high-altitude mountaineering activities. The interviews were recorded with the zoom program due to the pandemic, and the data obtained were analyzed using the content analysis method.

Results; Common discourses of mountaineers; The discipline, knowledge and skills acquired by mountaineering help to comply with the rules that must be followed during the pandemic process, to adequate, balanced nutrition and food shopping; Because they love nature, they try to satisfy their longing for nature with plants and animals in their home environments, and the home environment is very comfortable for them because they are individuals who can live in different conditions and in tiny tents for days; They are not bored because they spend their time updating their knowledge of mountaineering.

Conclusion; It can be said that the education, discipline, skills and experience of mountaineering have helped mountaineers to go through this process without difficulty.

SB474

20 YAŞ VE ALTI ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ÖĞRENCİLERİNİN PANDEMİ SÜRECİNDE SOSYAL MEDYA KULLANIMLARINA YÖNELİK BİR VAKA ANALİZİ

[1]Toprak Keskin, [1]Nurten Ulusay, [2]Yasin Eroğlu

[1]Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir
[2]Mersin Üniversitesi, Mersin

Email : *toprakkeskin@hotmail.com, nurtenulusay@nevsehir.edu.tr, yasin_eroglu68@hotmail.com*

Giriş; Bu çalışmada, pandemi sürecinde 20 yaş ve altı için olan sokağa çıkama yasağından antrenörlük eğitimi öğrencilerin sosyal medya kullanımlarının nasıl etkilendiği araştırılmaktadır. Çalışmayı kuram boyutunda Tersine Dönme Teorisi desteklemektedir.

Yöntem; Çalışmada yöntem olarak Nitel araştırma desenlerinden durum çalışması (vaka analizi) kullanılmıştır. Bu bağlamda 15 Antrenörlük eğitimi öğrencisi ile yapılan görüşmeler gerekli onay ve izinler dahilinde kayıt altına alınarak veriler elde edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular; Çalışmada, öğrencilerin genel söylemleri doğrultusunda; pandemi sürecinin ilk zamanlarda sosyal medya kullanımlarının çok fazla olduğunu fakat daha sonra neredeyse hiç sosyal medya kullanmadıklarını, kendileri paylaşım yapamadıklarından duydukları hissettikleri duyguların olduğu gibi sokağa çıkabilen arkadaşlarının paylaşımlarından dolayı da duydukları bir takım hislerin olduğu, bu süreçte spor gelişimleri amacıyla izledikleri videolardan etkilenerek pandemi sonrası için yaptıkları planların olduğu gibi bir çok bulgu elde edilmiştir.

Sonuç; 20 yaş ve altı antrenörlük eğitimi öğrencileri pandemi sürecinde sosyal medyayı daha çok videolar izlemek amacı ile kullanmışlardır.

A Case Analysis Of Coaching Education Students Under 20 Years Old Using Social Media During Pandemic Process

Aim; In this study, it is investigated how the use of social media by coaching education students due to the curfew for the age of 20 and under during the pandemic process is investigated. The theory of Inversion supports the study in theory.

Method; Case study (case analysis) from qualitative research designs was used as a method in the study. In this context, interviews with 15 coaching education students were recorded with the necessary approvals and permissions and data were obtained. Content analysis method was used in the analysis of the data obtained.

Results; In the study, in line with the general statements of the students; In the early days of the pandemic process, the use of social media was too much, but then they did not use social media at all, they had feelings they felt because they could not share themselves, as well as some feelings they had due to the sharing of their friends who could go out to the streets, and they were influenced by the videos they watched for sports development in this process. Many findings have been obtained, as is their plans.

Conlusion; Coaching education students aged 20 and under used social media to watch more videos during the pandemic process.

SPOR TARİHİ / SPORTS HISTORY

SB4

AZINLIKLARIN TÜRK SPORUNA ETKİLERİ

[2]Levent CEYLAN, [1]Recep Nur UZUN, [2]Mehmet GÜL

[1]Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, AMASYA
[2]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİVAS

Email : *leventceylan17@hotmail.com, recepnruzun@outlook.com, mgulsivas@gmail.com*

Köklü geçmişe sahip olan Türk spor tarihi, çağlar boyu gerek uygulanış gerekse yönetimsel açıdan pek çok farklılıklarla özdeş hale gelmiştir. Özellikle Tanzimat ilanı ve Erken Cumhuriyet arasında geçen yıllar Türk spor tarihi/kültüründe değişim çağı olarak adlandırılabilir. Söz konusu değişimlerde azınlıkların etkin rol oynadığı ifade edilebilir. Dolayısıyla Azınlıkların Türk sporuna etkilerinin incelenmesi önem arz etmektedir. Araştırmada literatür taraması yapılmıştır. Tanzimat dönemi ile birlikte Türk Sporunda ilk defa spor ve spor eğitimi alanında, batıdaki ülkelerin reformları uygulanmaya başlanmıştı. Erken Cumhuriyet döneminde spor eğitimi konusunda Alman uzmanlardan yararlanma arayışına gidilmişti. Ayrıca TİCİ'nin bütçesindeki 6.600 lirayı üç yabancı antrenörün getirilmesi için harcadığı belgelerde bulunmaktadır. Söz konusu reformların yanında yabancılara verilen pek çok (iktisadi, sosyal vb.) kapitülasyonlar nedeniyle batı sporlarına yönelik adımlar atıldığı bilinmektedir. Öyle ki Osmanlı'da ilk spor faaliyeti ticari amaçla topraklara gelen Levantenler ve Rumlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Kriket Kulübünü kurmuş olan Bankacı Ftansos Ailesi, Türkiye'de modern anlamda spor yapan ilk aile olarak tarihe geçmiştir. XIX. yüzyılın sonundan itibaren Rumlar, Ermeniler, İtalyanlar ve İngilizler kendi spor kulüplerini yavaş yavaş oluşturmaya başlamıştır. Öyle ki İzmir'de "Football and Rugby" İstanbul'da "Moda, İmagene" Rumlar tarafından "Elpis" İngilizler tarafından kurulmuştur. Yabancılar ve azınlıklar I. Meşrutiyetin ilânına kadar sporda ve spor eğitiminde etkin rol oynamıştır. Fransız Monsieur Curel, Monsieur Moiroux gibi isimler ülke sporunda söz sahibiydi. Ayrıca dönemin kayık yarışlarında bulunan komisyon üyelerinin çoğunluğu azınlık ve yabancı uyruklu kişilerden oluşturulmuştu. Yabancı ailelerin Türk Spor Kurumu Dergisinde yayınlanmış pek çok yazılarını da bulmak mümkündür. Sonuç olarak; Söz konusu dönemlerde Türk topraklarında azınlık olan insanların, ülke sporunda baskınlık oluşturduğu söylenebilir. Böylece azınlıkların batı sporlarını ülkede benimsetilmesi yada gerçekleştirilmesinde ilkleri yansıttıkları ifade edilebilir. Ülke sporunda geleneksel ve modern sporlar arasındaki ayrışım, azınlıkların faaliyetleri ile belirginlik kazandığı belirtilebilir.

Effects Of Minorities On Turkish Sports

Turkish sports history, which has a rooted history, has become identical with many differences in terms of both application and management. Especially the years between Tanzimat declaration and the Early Republic can be called the era of change in Turkish sports history / culture. It can be stated that minorities played an active role in these changes. Therefore, it is important to examine the effects of minorities on Turkish sports. In the research, a literature review was made. With the Tanzimat period, reforms of the western countries started to be implemented in the field of sports and sports education for the first time in Turkish Sports. In the early Republican period, a quest of benefiting from German experts on sports education was embarked on. It is also found in the documents that TICI spent 6,600 liras of its budget for recruiting three foreign coaches. Besides these reforms, it is known that steps towards western sports have been taken due to many capitulations (economic, social, etc.) given to foreigners. So much so that the first sports activity in the Ottoman Empire was carried out by Levantines and Greeks who came to the land for commercial purposes. Banker Ftansos family who founded the Cricket Club went down in history as the first family to do sports in the modern sense in Turkey. From the end of the XIX. century, Greeks, Armenians, Italians and the British started to form their own sports clubs gradually. So much so

that "Football and Rugby" in Izmir, and "Fashion, Imagene" were founded by Greeks, and "Elpis" was founded by the British in Istanbul. Foreigners and minorities played an active role in sports and sports education until the declaration of the First Constitutional Era. Names such as French Monsieur Curel and Monsieur Moiroux were the authorities in the country's sports. In addition, the majority of the commission members who took part in the boat racing of that period were made up of minorities and foreign nationals. It is possible to find many articles of foreign families published in the Journal of Turkish Sports Institution. As a result, it can be said that people who were minorities on the Turkish soil were dominant in the country's sports. Thus, it can be stated that minorities reflected the firsts in the adoption or realization of western sports in the country. It can be stated that the distinction between traditional and modern sports in country sports became evident with the activities of minorities.

SB6

TÜRK SPOR TARİHİ: CUMHURİYET VE SPOR

[2]Levent CEYLAN, [1]Recep Nur UZUN, [3]Mehmet ÇEBİ

[1]Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, AMASYA
[2]Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, SİVAS
[3]Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *leventceylan17@hotmail.com, recepnruzun@outlook.com, mcebi73@hotmail.com*

Türkiye'de Cumhuriyetin ilanından sonra spor politikalarının/hizmetlerinin oluşturulması ve geliştirilmesi adına pek çok adımlar atılmıştır. Dolayısıyla Türk spor tarihinde Cumhuriyet döneminin incelenmesi önem arz etmektedir. Araştırmada literatür taraması yapılmıştır. Spor kulüplerinin ve sportif faaliyetlerin sayısını artırmak adına TBMM'nin 17 Nisan 1934 tarihli oturumunda 5.220 bin lira olan yıllık bütçenin, 50 bin liralık bölümü müsabakalara katılmak ve sporcuları teşvik etmek üzere ödenek olarak spor teşkilâtlarına ayırdığı belgelerde bulunmaktadır. Ayrıca dernek ve şirketlere spor kulübü kurabilme imkanı sağlanmıştır. Dernek olarak kurulan spor kulüplerinin branşlarını şirketlere devretmek mümkün kılınmıştır. Spor ile ilgili işlerin ilk defa bakanlık düzeyinde yönetilmesi ve ilk teşkilatlanma hareketleri Cumhuriyetin ilanında sonra gerçekleşmiştir. 02 Ocak 1924 tarihinde Atatürk'ün imzası ile "Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı", kamu yararına çalışan kuruluşlardan sayılmıştır. 18 Şubat 1936 tarihinde sona eren kurultayda yarı resmi niteliği ile Türk Spor Kurumu, 1938 senesinde ki 3530 sayılı yasa ile "Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü", 21 Mayıs 1986 senesinde ve 3289 sayılı yasayla düzenlemiş olan ve de Başbakanlık birimine tabii olan Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü kurulmuştur. Türkiye'de spor yönetimi bakanlık düzeyinde Gençlik ve Spor Bakanlığı, müdürlük düzeyinde ise Spor Genel Müdürlüğü ve bu kurumlara bağlı özerk ve yarı özerk federasyonlar olarak teşkilatlanmıştır. Ayrıca, 1982 Anayasası, kalkınma planları ve hükümet programları Türkiye Cumhuriyeti'nde spor politikalarının temelini oluşturduğu söylenebilir. Sonuç olarak; Ülke yönetiminde köklü değişimleri ortaya çıkaran Cumhuriyet'in ilanı, spor yönetimde de değişiklikleri ve yenilikleri meydana getirdiği söylenebilir. Söz konusu değişikliklerin ülke sporunu kalkındırmak adına gerçekleştirildiği ifade edilebilir.

Turkish Sports History: Republic And Sports

After the proclamation of the republic in Turkey, many steps have been taken for the creation and development of sports policies / services. Therefore, it is important to examine the Republic period in Turkish sports history. For the research, a literature review has been conducted. It is written in documents that in order to increase the number of sports clubs and sports activities, during the session of the Turkish Grand National Assembly on April 17, 1934, from the annual budget of 5.220 thousand liras, 50 thousand liras were allocated to sports organizations as an allowance for participating in competitions in order to encourage athletes. In addition, associations and companies were provided with the opportunity to establish sports clubs. It was made possible to transfer the branches of the sports clubs established as associations to the companies. The first organizational movements and the managing sports-related affairs at ministry level for the first time took place after the proclamation of the Republic. With the signature of Atatürk on January 02, 1924 "Turkey Training Community Alliance", was listed as a public benefit organization. In a convention that ended on February 18, 1936, the Turkish Sports Institution, with its semi-official nature, in 1938, with the law numbered 3530, the "General Directorate of Physical Education", and on May 21, 1986, the General Directorate of Youth and Sports, which is regulated by the law numbered 3289 and is subject to the office of the Prime Minister, were founded. Sports management in Turkey is organized at the ministry level as the Turkey Youth and Sports Ministry and as the

General Directorate of Sports on directorate level, and is organized as an autonomous and semi-autonomous agency attached to these federations. Moreover, it can be stated that the 1982 Constitution, development plans and government programs form the basis of sports policy in the Republic of Turkey. As a result; the declaration of the Republic, which revealed radical changes in the country's administration, can be said to have brought about changes and innovations in sports management. It can be stated that these changes were made in order to develop the country's sports.

SB35

MODERN OLİMPİYATLAR TARİHİNDE AĞRILI SPORCULAR

***[1]Metin BAYRAM*, [2]Serkan Tevabil AKA, [2]Gökhan BAYRAKTAR**

[1]Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi SİNOP
[2]Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu AĞRI

***Email :** metinbayram04@hotmail.com, aka_serkan@hotmail.com, gokbayraktar@gmail.com*

Amaç: Modern Olimpiyat Oyunları tarihinde Türkiye'yi temsil ederek yer almış Ağrılı sporcular hakkında bilgi vermektir. MÖ. 776 yılında Yunanistan'da tanrılar tanrısı Zeus adına yapılan dini motifli spor şenlikleri olarak başlayan Antik Olimpiyatlar, Roma'nın ilk Hristiyan imparatorlarından Büyük Theodosius tarafından MS. 393-394 yılında sona erdirilmiştir. Antik oyunlar Pierre de Coubertin tarafından yeniden canlandırılmış ve 1896 yılında Modern Olimpiyat Tarihi başlatılmıştır. Yaz ve kış olimpiyatları olarak ayrı ayrı düzenlenen Modern Olimpiyatlar günümüzün şüphesiz en önemli ve büyük spor organizasyonudur. Her dört yılda bir yapılan bu organizasyon; din, dil ve ırk ayrımı gözetmeksizin dünyanın her ülkesinden katılımcı sporcuların dürüst bir rekabet ortamında yarışırken barış ve kardeşlik duygularını yaşamalarına olanak sağlar. Osmanlı döneminde cemiyetler yasak olduğu için dernekler ve spor faaliyetleri yapılamamıştır. Modern oyunların ilk dönemlerinde ülkemizden sporcuların katılımları ya olmamış ya da çok nadir olmuştur. Çünkü ülkemizden sporcular resmi olarak davet edilmemişlerdir.1908 yılında II. Meşrutiyetin ilanı ile birlikte derneklerin kurulması serbest bırakılmış, bir çok spor kulübü kurulmuştur. Uluslararası Olimpiyat Komitesi Türkiye Temsilcisi Selim Sırrı Tarcan, Osmanlı Olimpiyat Cemiyetini kurmak için çalışmalara başlamış, Ahmet İhsan Tokgöz ile birlikte ülkedeki spor faaliyetlerini yürütmüşlerdir. Türkiye Cumhuriyeti, Paris 1924 Olimpiyat Oyunları'na ilk kez resmen davet edilmiş ve o tarihten itibaren ülkemizden sporcuların bu oyunlara katılımları sürekli olarak artış göstermiştir. Bu sporcular arasında Ağrılı sporcularda yer almıştır.

Yöntem: Veri toplamak için nitel araştırma desenlerinden doküman analizi ve görüşme yöntemi kullanılmıştır. Bulgular: Ağrılı sporcular Modern Olimpiyatlara 1968 yılından itibaren katılmışlardır. Kış olimpiyatlarına toplam beş, Yaz olimpiyatlarına ise toplam üç sporcumuz katılmıştır. Toplam sekiz Ağrılı sporcu oyunlar tarihinde yer almıştır.

Sonuç: Ağrı ilinin tesis ve teknik imkanlarının kısıtlılığı ve gelişmişlik düzeyinin düşük olmasına rağmen, dünyanın en önemli spor organizasyonuna sekiz sporcu yetiştirmesi, İlin mevcut imkanlarının iyileştirilmesi durumunda, çok daha fazla sayıda sporcunun bu organizasyonda temsil hakkı elde edebileceğinin göstergesidir.

ATHLETES FROM AĞRI IN THE HISTORY OF MODERN OLIMYPICS

Goal:To have taken place by representing Turkey in the history of the modern Olympic Games athletes to give information about pain. B.C. The Ancient Olympics, which started as sports festivals with religious motifs held in the name of Zeus, the god of gods in Greece in 776, were carried out by Theodosius the Great, one of the first Christian emperors of Rome. It was terminated in 393-394.Ancient games were revived by Pierre de Coubertin and the Modern Olympic History was initiated in 1896. Modern Olympics, which are organized separately as summer and winter Olympics, are undoubtedly the most important and major sports organization today.International Olympic Committee that Turkey Representative Selim Sirri Cinnamon, began working to establish the Ottoman Olympic Association have conducted sports activities in countries with Ahmet Ihsan

Tokgoz.The Republic of Turkey for the first time in Paris in 1924 has been officially invited to the Olympic Games, and that their participation in this game from the date of athletes from our country has shown a steady increase. Among these athletes, painful athletes took place.

Method: Document analysis and interview method, among qualitative research designs, were used to collect data. Results: Painful athletes have participated in the Modern Olympics since 1968. A total of five athletes participated in the Winter Olympics and a total of three athletes in the Summer Olympics. A total of eight painful athletes took part in the history of the games.

Conclusion: Although Ağrı province's facilities and technical facilities are limited and its level of development is low, the fact that it trains eight athletes for the world's most important sports organization is an indication that if the current opportunities of the province are improved, much more athletes can obtain representation rights in this organization.

SB74

PEÇİÇ

***[1]Sevim Handan YILMAZ*, [2]Tarkan TUZCUOĞULLARI, [1]Muhsin HAZAR**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** handanyilmazz@hotmail.com, tarkanfolk@hotmail.com, muhsinhazar1071@gmail.com*

Somut olmayan kültürel miraslarımızdan olan geleneksel oyunların; yaşatılması ve korunması, kültürel devamlılık açısından önem arz etmektedir. Buradan hareketle peçiç oyunun araştırılması ve tanıtılması amaçlanmıştır. Betimsel manada bir alan araştırması olan bu çalışmanın verileri, Gaziantep ili ve çevresinde ikamet eden, birbirini tanımayan, peçiç oyununu bilen, gönüllülük esası olan 25 katılımcı ile yapılan yüz yüze görüşmeler aracılığıyla elde edilmiştir. Oyun; 24 kareye ayrılmış artı işaretini andıran peçiç adı verilen bir bez parçası üzerinde oynanmaktadır ve adını buradan almıştır. İki ya da dört kişiyle, bireysel ya da grup olarak oynanabilmektedir ve zaman sınırlaması yoktur. Satranç taşına da benzeyen, dörderli iki grup şeklinde farklı renk ya da desende tahtadan, iplik makarasından, ya da huniden oluşan 8 adet piyon denen ana taş ve bu ana taşları oyuna sokmak için, zar yerine kullanılan ahşap, boncuk veya deniz kabuklarından oluşan "it boncuğu" da denen 6 adet küçük taş ile oynanmaktadır. Ana taşların; küçük taşlar yere bırakıldığında düz veya ters gelenler hesaplanarak elde edilen sayıları ile ilerlemektedir. Oyuncunun gayesi, 4 taşını birden peçiç üzerinden saat yönünün tersi istikamette bir tur attırarak başlangıç karesine ulaştırmaktır. Oyunda ödül veya ceza yer verilmemektedir fakat; bazen kazanan tarafın kaybeden tarafa şarkı söylemek, hikâye ya da fıkra anlatmak, merdiven inip çıkmak gibi eğlenceli cezalar verebilmektedir. Oyunun "peng, taş kırma ve kubur" olarak adlandırılan farklı kuralları bulunmaktadır bu yönüyle tavla ve dama oyununda ki taş yeme ile benzerlik göstermektedir.

PEÇİÇ

Traditional games from our intangible cultural heritage; its survival and protection is important in terms of cultural continuity. Based on this, it was aimed to research and introduce the game peçiç. The data of this study, which is a field research in a descriptive sense, was obtained through face-to-face interviews with 25 participants who live in Gaziantep and its surroundings, do not know each other, know the peçiç game and have a voluntary basis. Game; It is played on a piece of cloth called peçiç, which resembles a plus sign divided into 24 squares and is named after it. It can be played with two or four people, individually or as a group and has no time limit. 8 pieces of main stones called pawns, which are similar to chess pieces, in different colors or patterns in two groups of four, consisting of a wooden, thread reel, or a funnel, and a "it bead" consisting of wood, beads or seashells used instead of dice to put these main stones into play. It is played with 6 small stones called in. The main stones; When small stones are placed on the ground, those that come straight or reverse are calculated and proceed with the numbers obtained. The aim of the player is to get his 4 pieces to reach the starting square by making one turn in the counterclockwise direction over the peçiç. There is no reward or penalty in the game, but; sometimes the winning side can give fun punishments to the losing side, such as singing songs, telling stories or jokes, going up and down stairs. The game has different rules called "peng, crushing and kubur". In this respect, it is similar to eating stones in backgammon and checkers.

SB95

GAZİANTEP YÖRESİ GELENEKSEL AŞIK OYUNLARINDAN GEÇMELİ (GÜLLE, SAY ÇAKMAK) OYUNU

[1]Muhsin Hazar, [1]Pelin Avcı, [2]Tarkan Tuzcuoğulları

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, GAZİANTEP

Email : *muhsinhazar1071@gmail.com, avcipelin.1987@gmail.com, tarkanfolk@hotmail.com*

Geleneksel çocuk oyunları toplumun gelenek ve göreneklerini yansıtması, oyunların aktarımı, unutulmaması, gelecek nesillerin faydalanması açısından değer taşımaktadır. Bu oyun 2003-2015 yılları arasında yapılan bir derleme örneği olup, Gaziantep yöresinde oynanan geleneksel çocuk oyunlarından biri olan Aşık oyununu günümüz toplumuna tanıtmak amacıyla yapılmıştır. Gaziantep il merkezi ve çevresine ait olan Şehit Kamil, Araban, Körkün, Şahinbey gibi yerlerde yaşayan kaynak kişilerden derleme yapılmıştır. Çalışmaya Gaziantepli olmayan kişiler dahil edilmemiştir. Araştırmada toplam 54 katılımcı tecrübe ve bilgilerini aktarmıştır. 32 kaynak kişi çalışmada anlatılan aşık oyunundan bahsetmiştir. 22 kişi ise bu oyunun farklı versiyonlarından örnekler vermişlerdir. Bu çalışma, bilgi alınan kişi sayısı ve aktarım yapılan yöre ile sınırlandırılmıştır. Araştırma üç oyun derlemesinden oluşmuştur. İlk oyunda, iç içe 2 daire çizilir ve belirlenen bir mesafeden iç dairenin içine dizilmiş aşıklar vurulmaya çalışılır. İkinci oyunda, Oyuncunun biri aşığı havaya atar vediğer oyuncu aşığın Son oyunda ise düz bir çizgi üzerine aşıklar dizilir. Belirlenen mesafeden oyuncular aşıkları vurmaya çalışır. En çok aşık vuran oyuncu oyunu kazanır.

Anahtar sözcükler: Aşık oyunu, Geleneksel çocuk oyunları, Derleme

GEÇMELİ (GÜLLE, SAY ÇAKMAK) GAME FROM GAZİANTEP REGİON TRADITIONAL AŞIK GAMES

Traditional children's games are valuable in terms of reflecting the traditions and customs of society, transferring the games, not forgetting them, and benefiting future generations. This game is an example of a compilation made between 2003-2015 and it was made to introduce The Aşık game, which is one of the traditional children's games played in Gaziantep region, to today's society. Compilation was made from the source people living in places such as Şehit Kamil, Araban, Körkün, Şahinbey, which belong to the city center of Gaziantep and its surroundings.Non-Gaziantep residents were not included in the study.İn the research, a total of 54 participants reported their experiences and knowledge. 32 sources mentioned The Aşık game described in the study. This research, 22 people gave examples of different versions of this game. Information is limited to the number of people received and the location of the transfer. The research consisted of three game compilations.In the first Game, 2 circles are drawn inside each other and aşıkwho are lined up inside the inner circle from a determined distance are tried to be shot.In the second game, the surfaces of the aşık are given different names. The “say” side of the upright side is called “tök”.One of the players throws the stream into the air, In the last game, aşık bones are lined up in a straight line. At a set distance, players try to shoot aşık bones. The player with the most aşık wins the game.

Keywords:Aşık game, Traditional children games, Compilation

SB96

GAZİANTEP YÖRESİ GELENEKSEL OYUNLARINDAN DARABİL (PARABİL, DARABİLLA) OYUNU

***[1]Pelin Avcı*, [2]Tarkan Tuzcuoğulları, [1]Muhsin Hazar**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, GAZİANTEP

***Email :** avcipelin.1987@gmail.com, tarkanfolk@hotmail.com, muhsinhazar1071@gmail.com*

Bu araştırma, 2010-2018 yılları arasında Gaziantep ilinin merkez ve beldesinde yaşamış olan, toplam 13 kaynak kişi ile yapılan görüşmeler sonucunda oluşturulmuş bir derlemedir. Elde edilen formlar incelendiğinde, kaynak kişinin oyuna olan hakimiyetinde ve bilgisinde tespit edilen eksikliklerden dolayı 3 form değerlendirmeye alınmamıştır. Bu araştırmanın amacı; Gaziantep yöresinde oynanan bu çocuk oyunlarının unutulmaması ve gelecek nesillere aktarılmasıdır. Darabil oyunu iki farklı şekilde oynanmaktadır. Birinci şekliyle oynanışında; açık alanda belirlenen bölgeye başlangıç çizgisi, 5-6 m ilerisine de mere çizgisi çizilir. En az üçer kişilik gruplar oluşturulur. Savunma oyuncularından birisi mere çizgisini korur, hücum oyuncularından birisi ise mereye dokunmaya çalışır. Oyunun ikinci şeklinde oynanışında ise oyun alanına bir daire çizilir. Bireysel ya da grup olarak oynanılır. Ebe dairenin içerisine girer. Darabil diye tek nefeste bağırarak tek ayak ile oyunculara dokunup oyun dışı bırakmaya çalışır.

Anahtar sözcükler; Derleme, Gaziantep yöresi, geleneksel oyun, Darabil.

DARABIL (PARABİL, DARABİLLA) GAME FROM GAZIANTEP REGION TRADITIONAL GAMES

This research is a compilation created as a result of interviews with a total of 13 source people who lived in the center and resort of Gaziantep province between 2010 and 2018. When the obtained forms were examined, 3 forms were not evaluated due to deficiencies identified in the source person's dominance and knowledge of the game. The aim of this research is to ensure that these children's games played in Gaziantep region are not forgotten and are passed on to future generations. The Darabil game is played in two different ways. In its first form, the starting line is drawn to the area determined in the open area, and the mere line is drawn 5-6 m ahead. Groups of at least three people are formed. One of the defensive players protects the mere line, while one of the offensive players tries to touch the mere. In the second form of the game, a circle is drawn on the playing field. It is played individually or as a group. The midwife enters the circle. He tries to touch players with one foot and leave them out of the game by shouting in one breath so that they can Darabil.

Keywords; Compilation, Gaziantep region, traditional game, Darabil.

SB189

TÜRK SPOR BASININDA BAŞARISIZ BİR GİRİŞİM: İZMİR'İN İLK SPOR DERGİSİ İZMİR İDMAN MECMUASI

[1]Mustafa MUTLU

[1]Bartın Üniversitesi, Atatürk İlkeleri Ve İnkılap Tarihi Bölümü

Türk spor tarihi çalışmalarına bakıldığında genelde yazılanların büyük bir bölümünün, belgelere değil, belleklere dayalı olduğu görülmektedir. Temel kaynakların bu niteliğini doğal görmekten ziyade hem gereklilik hem de paradoks olarak değerlendirmek gerekmektedir. Çünkü spor, Türk tarihinin büyük bir kısmında, resmî belgelerde yer alacak kadar değer görmemiştir. Bu bağlamda da belgenin olmadığı yerde anılar ve basına dair malzemelerin değeri büyük önem taşır hale gelmiştir. Bununla birlikte II. Meşrutiyet'in ilanından sonra Türk sosyal yaşamında aktif şekilde yer bulan spor, basında da bir o kadar ön plana çıkmaya başlamış, bu dönemden itibaren kaleme alınan her yazı Türk spor tarihini aydınlatmaya katkı sağlamıştır. Bu doğrultuda kaleme alınan çalışmalara; Terbiye ve Oyun, İdman, Spor Âlemi gibi dergiler örnek gösterilebilir. Bu çalışmada da Cumhuriyet dönemi İzmir sporunun karanlık yönlerinin aydınlatılması adına önem taşıyan İzmir İdman Mecmuası ele alınmış ve incelenmiştir. Söz konusu şehrimizin ilk spor dergisi olması bakımından da ayrı bir önem taşıyan bu derginin ilk ve tek sayısı 1 Mayıs 1924 tarihinde çıkartılmıştır. Dergide İzmir sporuna dair başta futbol olmak üzere, boks, denizcilik, izcilik, tenis, paten ve bilardo gibi birçok branşa yer verilmiştir.

A Failed Attempt In The Turkish Sports Press: Izmir's First Sports Magazine, Izmir Idman Mecmuası

Looking at Turkish sports history studies, it is generally seen that most of what is written is based on memories, not documents. It is necessary to evaluate this nature of basic resources as both a necessity and a paradox, rather than a natural one. Because for most of Turkish history, sport has not seen sufficient value to be included in official documents. In this context, where there is no document, the value of memories and materials related to the press has become very important. In addition, sport, which took an active place in Turkish social life after the proclamation of the 2nd Constitutional Monarchy, started to come to the fore in the press as well, and every article written since this period has contributed to enlightening the history of Turkish sports. Magazines such as Terbiye ve Oyun, İdman, and Spor Âlemi might be examples of studies written in this direction. In this study, Izmir Idman Mecmuası, which is important for illuminating the dark aspects of sports in Izmir in the Republican period, was discussed, and analyzed. The first and only issue of this magazine, which is also of particular importance in terms of being the first sports magazine of this, was published on May 1, 1924. In the magazine, many branches of Izmir sports, especially football, boxing, water sports, scouting and guiding, tennis, skating and billiards, are included.

SB336

1960 ROMA OLİMPİYAT OYUNLARI'NDA TÜRKİYE

***[1]Mehmet Yıldız*, [1]Özbay Güven, [2]Yasin Karaca**

[1]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara
[2]-

***Email :** mehmetyildiz58@gmail.com, ozbay@gazi.edu.tr*

Giriş: Türkiye, Cumhuriyetin ilan edilmesi ile birlikte her alanda olduğu gibi spor alanında da uluslararası arenada kendisini göstermek istemiş ve bu amaçla farklı organizasyonlara katılmıştır. Olimpiyat Oyunları da bu spor organizasyonlarının başında gelmiştir. Türkiye Cumhuriyeti özellikler modern olimpiyatların başlamasıyla birlikte bu oyunlara katılırken özellikle güreş branşında elde ettiği başarılarla ön plana çıkmıştır. Amaç: Bu çalışmanın amacı, 1960 Roma Olimpiyat Oyunları'na Türkiye'nin katılımını literatüre dayalı olarak araştırıp ortaya koymaktır.

Yöntem: Nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Bulgulara ulaşmak amacıyla 1960 Roma Olimpiyat Oyunları'na yönelik detaylı literatür taraması yapılmış ve elde edilen veriler üzerinden içerik analizi yapılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: 1960 Roma Olimpiyat Oyunları, Türk spor tarihinde çok özel yeri olan Olimpiyat Oyunları'ndan bir tanesi olmuştur. 1960 Roma Olimpiyat Oyunları Türkiye açısından değerlendirildiğinde; kazanılan altın madalya sayısı bakımından en başarılı Olimpiyat Oyunları olmuştur. Bu olimpiyat oyunlarında Türk güreşçileri 7 altın ve 2 gümüş madalya kazanarak önemli bir başarıya imza atmışlardır. 1960 Roma Olimpiyat Oyunları ayrıca Türk grekoromen güreşçilerinin en başarılı olduğu Olimpiyat Oyunu olmuştur. Türkiye yine grekoromen stilde ilk kez üç şampiyon birden çıkarmıştır. Türkiye, 1960 Roma Olimpiyat Oyunları'nda kazandığı 9 madalyayla ülke sıralamasında 6. sırada yer almıştır. 1960 Roma Olimpiyat Oyunları takım sporları açısından da bahsedilmesi gereken önemli olayların başlangıcı olmuştur. 1960 Roma Olimpiyat Oyunları'nda Türkiye takım sporlarında Futbol branşında katılım gösterdikten sonra takım sporlarında bir sonraki Olimpiyat Oyunları'na katılımı 2012 Londra Olimpiyat Oyunları'nda basketbol branşında olmuştur.

Turkey In 1960 Rome Olympic Games

Introduction: Turkey, in sport as in all areas with the proclamation of the Republic have to show itself in the international arena and to this end has participated in different organizations. The Olympic Games are also at the top of these sports organizations. Turkey Republic of properties participating in these games especially with the onset of the modern Olympics came to the fore with his achievements in wrestling.

Purpose: The purpose of this study, Turkey's accession to the 1960 Rome Olympic Games is based on the literature reveals investigate.

Method: Document analysis method, one of the qualitative research methods, was used. In order to reach the findings, a detailed literature search was made for the 1960 Rome Olympic Games and content analysis was made on the data obtained.

Findings and Conclusion: 1960 Rome Olympic Games was one of the Olympic Games, which has a very special place in Turkish sports history. 1960 Rome Olympics when evaluated in terms of Turkey; It has been the most successful Olympic Games in terms of the number of gold medals won. Turkish wrestlers achieved an important success by winning 7 gold and 2 silver medals in these Olympic games. The 1960 Rome Olympic Games were also the Olympic Game in which Turkish Greco-Roman wrestlers were most successful. Turkey still has interests than three champions for the first time in Greco-Roman style. Turkey, won nine medals at the Olympic Games in Rome in 1960 the country was ranked 6th in the rankings. 1960 Rome Olympic Games was the beginning of important events that should be mentioned in terms of team sports. After the Olympic Games in Rome in 1960 participated in the football industry in Turkey team sports participation in the next Olympic Games in 2012 were the sport of basketball team at the London Olympic Games.

SPOR VE TURİZM / SPORTS AND TOURISM

SB273

REKREASYON EMNİYET İKLİMİ ÖLÇME ARACI TÜRKÇE' YE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

[1]Kürşad Sertbaş, [1]Muhammet Eyüp Uzuner

[1]Kocaeli Üniversitesi, KOCAELİ

Email : *ksertbas@gmail.com, meu1985@hotmail.com*

Bu çalışmanın amacı, Cheng ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş olan Rekreasyon Emniyet İklimi Ölçme Aracı' nın Türkçe diline uyarlanmasıdır. Örneklem seçimi aşamasında amaçlı örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırmaya, 2019 Temmuz ayında Muğla ili, Fethiye ilçesi, Ölüdeniz Mahallesi' nde paragliding (tandem) aktivitesine katılan n=143 kadın (%47,7) ve n=157 erkek (%52,3) olmak üzere toplam n=300 birey gönüllü olarak katılmıştır. SPSS 25 paket programında tanımlayıcı istatistiksel hesaplamalar (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma), keşfedici faktör analizi, güvenirlik analizi ve korelasyon analizi yapılmıştır. Maddeler ve faktörler arasındaki korelasyon değerleri pozitif yönde ve kuvvetli düzeydedir. AMOS 24 paket programında doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarında; $\chi2$=450,047, $\chi2$/Df=1,661, GFI=0,915, AGFI=0,924, CFI=0,962, RMSEA=0,047 ve RMR=0,0543 olarak bulunmuştur. 26 madde ve sekiz faktörde oluşan ölçme aracının güvenirlik katsayıları (Cronbach's Alpha) iyi olarak nitelendirilen $0,7 \leq \alpha < 0,9$ aralığındadır. Bu sonuçlar; Rekreasyon Emniyet İklimi Ölçme Aracı' nın Türkçe uyarlamasının geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar sözcükler: Rekreasyon, Emniyet, Emniyet iklimi, Uyarlama, Geçerlik, Güvenirlik

RECREATION SAFETY CLIMATE MEASUREMENT TOOL: ADAPTATION TO TURKISH, VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

The aim of this study is to adapt the Recreation Safety Climate Measurement Tool, which was developed by Cheng et al. (2016), into Turkish language. Purposeful sampling technique was used in the sample selection stage. In the study, a total of n = 300 individuals voluntarily participated in this study, n=143 female (47.7%) and n=157 male (52.3%), who participated in the paragliding (tandem) activity in Muğla province, Fethiye district, Ölüdeniz Mahallesi in July 2019. Descriptive statistical calculations (frequency, percentage, mean and standard deviation), exploratory factor analysis, reliability analysis and correlation analysis were performed in the SPSS 25 package program. Correlation values between items and factors are positive and strong. Confirmatory factor analysis was performed in the AMOS 24 package program. In the confirmatory factor analysis results; It was found that $\chi2$ = 450.047, $\chi2$ / Df = 1.661, GFI = 0.915, AGFI = 0.924, CFI = 0.962, RMSEA = 0.047 and RMR = 0.0543. The reliability coefficients (Cronbach's Alpha) of the measuring tool, which consists of 26 items and eight factors, are in the range of $0.7 \leq \alpha < 0.9$, which is considered good. These results; The Turkish version of the Recreation Safety Climate Measurement Tool shows that it is a valid and reliable measurement tool.

Keywords: Recreation, safety, safety climate, adaptation, validity, reliability

SB274

KAYAK AKTİVİTE KATILIMCILARININ FONKSİYONEL RİSK VE KALİTE ALGILARININ İNCELENMESİ: ULUDAĞ ÖRNEĞİ

***[1]Muhammet Eyüp Uzuner*, [1]Kürşad Sertbaş**

[1]Kocaeli Üniversitesi, KOCAELİ

Email : *meu1985@hotmail.com, ksertbas@gmail.com*

Sportif rekreasyon faaliyetleri, doğası gereği birçok risk faktörü içerir. Bu risk faktörlerini analiz etmek için emniyet koşulları ve hizmet kalitesi kavramları vazgeçilmezdir. Katılımcıların, rekreatif faaliyetlerle ilgili fonksiyonel risk algılarını belirleyebilmek için Cheng ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş olan "Recreation Safety Climate Measurement Tool" Türkçe diline uyarlanmıştır. Katılımcıların, rekreasyonel spor merkezleri hizmet kalitesi algılarını belirleyebilmek için Ko ve Pastore (2004) tarafından geliştirilen, Köşker ve Çimen (2012) tarafından Türkçe için geçerliliği ve güvenirliliği yapılan, "Rekreasyonel Spor Hizmetleri Kalite Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler SPSS 25 paket programında analiz edilmiştir. Tanımlayıcı istatistiksel hesaplamalar (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma), keşfedici faktör analizi, bağımsız değişkenlerde 2 tane değişken olanlar için Independent-Samples T Testi, 3 ve daha fazla olan değişkenler için One-Way ANOVA kullanılmıştır. Independent-Samples T Testi ve One-Way ANOVA aracılığı ile gerçekleştirilen işlemlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır. Anlamlı farklılığın kaynaklandığı grubun belirlenmesi için Tukey HSD ve LSD testi kullanılmıştır. Emniyet iklimi algısında cinsiyet, bölge ve yaş grubu açısından anlamlı farklılıklar bulunuştur. Hizmet kalitesi algısında cinsiyet, aylık gelir, ikamet edilen bölge ve faaliyet ile ilgili ziyaret değişkenleri bakımından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sonuç olarak, kayak faaliyetlerinde güvenlik ikliminin ve hizmet kalitesinin kısmen düşük olduğu ve hizmet kalitesinin doğru düzenlemeler, tedbirler ve yatırımlarla artırılabileceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Fonksiyonel risk, hizmet kalitesi, rekreasyon, kayak

ANALYSIS OF FUNCTIONAL RISK AND SERVICE QUALITY PERCEPTIONS OF SKI ACTIVITY PARTICIPANTS: THE CASE OF ULUDAG

"Recreation Safety Climate Measurement Tool" developed by Cheng et al. (2016) was adapted to Turkish language in order to determine the participants' functional risk perceptions related to recreational activities. "Recreational Sports Services Quality Scale", developed by Ko and Pastore (2004) and validated and reliable for Turkish by Köşker and Çimen (2012), was used to determine the participants' perceptions of recreational sports center service quality. The data were analyzed in SPSS 25 package program. Descriptive statistical calculations (frequency, percentage, mean and standard deviation), Independent-Samples T Test for 2 variables in independent variables, One-Way ANOVA was used for variables with 3 and more. The significance level was taken as 0.05 in the operations performed through the Independent-Samples T Test and One-Way ANOVA. Tukey HSD and LSD tests were used to determine the group from which the significant difference originated. Significant differences were found in the perception of safety climate in terms of gender, region and age group in safety climate. Significant differences were found in the perception of service quality in terms of gender, monthly income, region of residence and activity-related visit variables. As a result, it is thought that the safety climate and service quality in skiing activities are partially low and the service quality can be increased with the right regulations, measures and investments.

Keywords: Functional risk, service quality, recreation, ski

SPOR YARALANMALARINI ÖNLEME VE REHABİLİTASYON / SPORTS INJURY PREVENTION AND REHABILITATION

SB3

ELİT KADIN HENTBOL OYUNCULARINDA YARALANMALARIN ÖNLENMESİNDE GLUTEUS MEDİUS KAS KUVVETİ ÖNEMLİ Mİ? DENGE VE SIÇRAMA PERFORMANSI ILE ILİŞKİSİ

***[1]Bünyamin HAKSEVER*, [1]Mehmet MiÇOOĞULLARI, [1]Özge ÖZALP, [2]Gül BALTACI**

[1]Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, LEFKOŞA
[2]Özel Güven Hastanesi

***Email :** yasbun@hotmail.com, mmicoogullari@ciu.edu.tr, ozgeozalp84@yahoo.co.uk, ygul.baltaci@gmail.com*

Sürekli ani yön değiştirme, sıçrama ve düşme aktivitesi gerektiren hentbol gibi sporlarda yaralanmaların önlenmesi için denge ve kaliteli sıçrama performansı önemlidir. Bu nedenle çalışmamızın amacı kalça stabilizatörlerinden olan Gluteus medius kas kuvvetinin statik ve dinamik denge ile yatay ve dikey sıçrama performansı arasındaki ilişkiyi araştırmaktı.

Çalışmaya Türkiye Hentbol Süperlig takımlarında oynayan ve 15-40 yaş aralığında bulunan 42 elit kadın hentbol oyuncusu dahil edildi. Gluteus medius kas kuvvetinin belirlenebilmesi için Lafayette Hand-Held Dynamometer kullanıldı. Yatay sıçrama değerlendirmesi için Single leg hop test, Dikey sıçrama değerlendirmesi için Lafayette Vertimetric cihazı kullanıldı. Dinamik dengenin ölçümü için Y Balance Test (YBT), statik dengenin ölçümü için bilateral olarak gözler kapalı Standing Stork Test (SST) uygulandı. İstatistiksel analiz için SPSS MS Windows 25.0 kullanılmıştır. Grup içi bireylerin kuvvet, denge ve sıçrama performansı paramatrelerinin karşılaştırılması için Spearman korelasyon testi kullanıldı. Çalışmanın sonucunda YBT'nin anterior parametresi ile Gluteus Medius kas kuvveti arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu ($r=0,665$ $P<0,001$). Ayrıca Gluteus Medius kas kuvveti ile vertikal jump arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu ($r=0,479$ $p<0.05$). Gluteus medius kuvveti ile SST testi arasında, dinamik dengenin posteriomedial ve posteriolateral parametresi arasında ayrıca OLH parametreleri arasında istatistiksel olarak herhangi bir anlamlı ilişki bulunmadı (sırasıyla $r=0,109$; $r=0,152$; $r=-0,144$; $r=-0,182$, $p>0.05$). Bu çalışmaya göre gluteus medius kasının kuvvetli olması ile dinamik dengenin anterior parametresi ve dikey sıçrama arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaralanmaların önlenmesi için gerekli olan kaliteli bir dikey sıçrama ve dinamik denge için, Gluteus medius kas kuvvetinin desteklenmesi önerilmektedir.

Is Gluteus Medius Muscle Strength Important In Preventing Injuries To Elite Female Handball Players? Relationship Between Balance And Jump Performance

Balance and quality bounce performance are important to prevent injuries in sports such as handball, which require continuous sudden change of direction, jump and fall activity. Strong proximal stability is required for accurate jump performance and stability relative to kinetic chains. Therefore, the aim of our study was to investigate the relationship between Gluteus medius muscle strength, one of the hip stabilizers static and dynamic balance with horizontal and vertical jump performance. Forty-two women handball players (age range: 15-40years) from Turkey Handball Super League were included in this study. Age, height, body weight and body mass indexes of all athletes were determined and recorded. The Lafayette Hand-Held Dynamometer was used to determine the strength of the gluteus medius muscle. Single leg hop test was used for horizontal jump evaluation and Lafayette Vertimetric device was used for vertical jump evaluation. Y Balance Test (YBT) was used for the measurement of dynamic balance and Standing Stork Test (SST) with eyes closed bilaterally for the

measurement of static balance. Spearman correlation test was used to compare the strength, balance and jump performance parameters of the individuals within the group. As a result of the study, a statistically significant relationship was found between anterior parameter of YBT and Gluteus Medius muscle strength (r=0,665 P<0,001). Also, a statistically significant relationship was found between Gluteus Medius muscle strength and vertical jump (r=0,479 p<0.05). There was no statistically significant relationship between gluteus medius strength and SST test, posteriomedial and posteriolateral parameters of dynamic balance and OLH parameters (sırasıyla r=0,109; r=0,152; r=-0,144; r=-0,182, p>0.05). According to this study, a significant relationship was found between the strength of the gluteus medius muscle and the anterior parameter of the dynamic balance and vertical jump. It is recommended to support Gluteus medius muscle strength for quality vertical jump and dynamic balance, which is necessary for the prevention of injuries.

SB50

SPORCULARDA AYAK BİLEĞİ BURKULMALARINDA TEDAVİ PRENSİPLERİNE GENEL BAKIŞ

[1]Aysel Gürcan Atcı

[1]SBÜ Baltalimanı Kemik Hastalıkları Eğitim Ve Araştırma Hastanesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Anabilimdalı,İstanbul

Giriş: Spor yaralanmaları en fazla ayak bileği yaralanmaları şeklindedir. Yapılan araştırmalarda ise ayak bileğinde 85 oranında ayak bilek burkulması görüldüğü ortaya konulmuştur.Zıplama ,ani yön değiştirme ve dönme hareketleri içeren aktiviteleri yapan sporcular yüksek risk altındadır. . İlk ayak bileği yaralanması sonrası eklem korumasız kalarak tekrar yaralanma riski taşıyabilir. Bu durumda sporcu için tekrarlayan travma uzun süreli sakatlıklara aktivite kısıtlaması ve ekonomik yükler getirir. Yöntem: Ayak bileği yaralanmaları 3 dereceye ayrılır. Derece 1:Hafif. yırtık görülmez,eklem instabilitesi yok. • Derece 2: Orta Görüntüleme çalışmasında Ligamanda parsiyel yırtık, eklem fonksiyonlarında kısmı kayıp ve hafif eklem instabilitesi. • Derece 3: Şiddetli. Komplet yırtık, mekanik eklem instabilitesi . Derece 1 ve 2 de genellikle konservatif tedavi ve rehabilitasyon programları derece 3 de cerrahi önerilebilmektedir. Bulgular Ayak bileği yaralanmalarında konservatif tedavi prensipleri olarak ise amaç ağrının giderilmesi,ödemin azaltılması ve en önemliside yeni yaralanmaya karşı sporcuyu korumaktır. Tedavi de Ağrı kesici ve antiinflamatuvar ilaçlar ayak bileğine Soğuk uygulama yapılabilir. Ağrısı geçmeyen ve yoğun ödemi olan olgularda ayak bileği istirahate alınır. İstirahat için Bandajlama, alçı, atel kullanımı Bazı vakalarda koltuk değneği ile yük diğer ayak bileğine aktarılabilir. Bu tür vakalarda proprioseptif egzersizler son derece önemlidir.

Sporcu yaralanmalarında aktif spor yapan ayak bileği yaralanmalarında ortalama 3 haftalık rehabilitasyon programı yapılabilir.Rehabilasyon sürecindeki hekimin hedefi Ağrısız eklem hareket açıklığının arttırılması Propriyoseptif eğitimin ilerletilmesi Ağrısız günlük yaşam aktivitelerinin arttırılması Ağrısı yük aktarımının arttırılması sağlanmasıdır. Sonuç Sonuçta tek bir ayak bileği burkulmasının ardından tedavi maliyeti düşük olsa da, kronik ayak bileğitravması geçiren sporcularda tekrarlayan burkulmaları gidermek için uzun süreli bakım masraflarını bir araya getirmek ekonomik yükü artırabilir. Bu nedenle ağrının akut ve subakut fazı tamamlandıktan sonra hızla sporsal aktivitelere dönme yerine rehabilitasyon programını tamamlayarak kademeli olarak spora dönüş ayak bileği sağlığı için oldukça önemli olacaktır.

An Overview Of The Treatment Principles Of Ankle Sprains In Athletes

Introduction: Sports injuries are mostly in the form of ankle injuries. Studies have revealed that there is an ankle sprain of 85 percent in the ankle. Athletes who engage in activities that include jumping, sudden change of direction and rotation are at high risk. . After the first ankle injury, the joint may remain unprotected and risk re-injury. In this case, repetitive trauma brings activity limitation and economic burden to long-term injuries for the athlete. Method: Ankle injuries are divided into 3 degrees. Grade 1: Mild. no tears, no joint instability. • Grade 2: Partial tear of the ligament, partial loss of joint functions and mild joint instability in the Medium Imaging study. • Grade 3: Severe. Complete tear, mechanical joint instability . Conservative treatment and rehabilitation programs and surgery can be recommended for grade 3 in grade 1 and 2. Results As conservative treatment principles in ankle injuries, the aim is to relieve pain, reduce edema and, most importantly, protect the athlete against new injuries. In the treatment, pain reliever and anti-inflammatory drugs can be applied to the ankle. In cases with persistent pain and severe edema, the ankle is resting. Bandaging, plaster, splint use for rest In some cases, the

load can be transferred to the other ankle with crutches. Proprioceptive exercises are extremely important in such cases.

An average of 3 weeks rehabilitation program can be performed in athlete injuries in active sports ankle injuries. The goal of the physician in the rehabilitation process is to increase the range of motion of the painless joint, to improve the proprioceptive training, to increase the pain-free activities of daily life, to increase the weight transfer of pain. Conclusion: Ultimately, although the cost of treatment after a single ankle sprain is low, combining long-term care costs to eliminate recurring sprains in athletes with chronic ankle trauma can increase the economic burden. Therefore, after completing the acute and subacute phase of the pain, it will be very important for ankle health to gradually return to sports by completing the rehabilitation program instead of returning to sports activities quickly.

SB450

ADÖLESAN VOLEYBOL OYUNCULARINDA MEDİAL LONGİTUDİNAL ARKI DESTEKLEYİCİ DİNAMİK® BANT UYGULAMASININ PLANTAR BASINÇ DAĞILIMI ÜZERİNE ETKİSİ

***[1]Dilek Hande Ercan*, [2]Nihan Kafa, [2]Ulviye Uğur Özyılmaz, [2]Nevin Atalay Güzel**

[1]Kapadokya Üniversitesi Kapadokya Meslek Yüksekokulu Tıbbi Hizmetleri Ve Teknikleri Bölümü Fizyoterapi Programı, NEVŞEHİR
[2]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi Ve Rehabilitasyon Bölümü, ANKARA

***Email :** dilek.ercan@kapadokya.edu.tr, nkaratas@gazi.edu.tr, ulviyeugur89@yahoo.com, natalay@gazi.edu.tr*

Giriş ve Amaç Literatürde medial longitudinal ark (MLA) düşüklüğünün ayağın yük dağılımını bozarak taban basınç dağılımını değiştirdiği, sporcularda overuse yaralanmalarını arttırdığı gösterilmiştir. Arkı destekleyici bantlama yöntemlerinin MLA'a geçici eksternal destek sağladığı, plantar basınç dağılımını etkilediği ve düşük MLA yüksekliğine bağlı yaralanan ve/veya ağrısı olan sporcularda iyi bir geçici tedavi yöntemi olduğu da belirtilmiştir. Bu çalışmanın amacı MLA yapısında düzleşme olan adölesan voleybolcularda Dinamik® bantlamanın plantar basınç dağılımı (PBD) üzerine etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya, naviküler düşme miktarı (NDM) 8 mm ve üzerinde, yaş ortalaması 15.44 ± 1.68 yıl olan gönüllü 25 kadın voleybolcu dahil edildi. Katılımcıların NDM naviküler düşme testiyle, plantar basınç dağılımı baropodometri cihazıyla değerlendirildi. İlk ölçümler alındıktan sonra katılımcılara sertifikalı bir fizyoterapist tarafından MLA'ı destekleyici Dinamik® bant uygulandı. Banta uyumun sağlanması için ortalama 20 dk beklendi. Daha sonra sporcular aynı prosedürle yeniden değerlendirildi. İstatistiksel analiz için SPSS versiyon 22 analiz programı kullanıldı.

Bulgular: NDM değerleri (ortalaması±ss) sağ ayak için bantsız 9.32±1.70 mm, bantlı 8.12±1.36 mm; sol ayak için bantsız 9.64±1.60 mm, bantlı 7.88±1.50 mm bulundu. Her iki ayak için bantlama sonrası naviküler düşme miktarının anlamlı olarak azaldığı saptandı ($p<0.05$). Sporcuların sağ ve sol ayak için bantlama öncesi ve bantlama sonrası maksimum basınç değerleri (sağ ayak bantsız 9134.07±1337.83 g/cm²; bantlı 9112,54±1128,25 g/cm²; sol ayak bantsız 9165.73±1305.44 g/cm² bantlı 9073.32±1499.47 g/cm²) ve toplam yüzey temas alanları (sağ ayak bantsız 125,48±9,96 cm²; bantlı 123,55±12,66 cm²; sol ayak bantsız 127.08±10.71 cm², bantlı 124.12±13.87 cm²) iki tarafta maksimum basınç değeri ve toplam yüzey alanının azalmış olduğu fakat bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulundu ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışma sonuçlarımız Dinamik® bantlamanın PBD'nı etkilemediğini ancak MLA yüksekliğini arttırmada etkili olabileceğini gösterdi. Direkt PBD üzerine etkisi gösterilememiş olsa da Dinamik® bant, asemptomatik adölesan sporcularda MLA'ı destekleyici, uygulaması kolay pratik bir tedavi ajanı olarak kullanılabilir.

THE EFFECT OF DYNAMİC® TAPE APPLİCATİON SUPPORTİNG THE MEDİAL LONGİTUDİNAL ARCH ON PLANTAR PRESSURE DİSTRİBUTİON İN ADOLESCENT VOLLEYBALL PLAYERS

Introduction and Purpose: Arch taping methods provide temporary external support to MLA, affect plantar pressure distribution, and are a good temporary treatment method for athletes who have injuries and / or pain due to low MLA height. The aim of this study is to examine the effect of Dynamic® taping (DT) on plantar pressure distribution (PPD) in adolescent volleyball players with flattening in the MLA structure.

Method: The study included 25 volleyball players whose navicular drop distance (NDD) was 8 mm and above and whose mean age was 15.44 ± 1.68 years. The NDD was evaluated with the navicular drop test, PPD was evaluated with the baropodometry device. Participants were evaluated before and after DT using the same procedure. Results NDM values without - with tape (mean ± ss) for right foot were 9.32 ± 1.70 mm - 8.12 ± 1.36 mm; for the left foot 9.64 ± 1.60 mm - 7.88 ± 1.50 mm. It was found that the NDD significantly decreased after taping for both feet ($p < 0.05$). Maximum pressure values of athletes before and after taping for right and left foot (right foot without tape 9134.07 ± 1337.83 g / cm²; with tape 9112.54 ± 1128.25 g / cm²; left foot without tape 9165.73 ± 1305.44 g / cm² with tape 9073.32 ± 1499.47 g / cm²) and total surface contact areas (right foot 125.48 ± 9.96 cm² without tape; 123.55 ± 12.66 cm² with tape; 127.08 ± 10.71 cm² with left foot, with tape 124.12 ± 13.87 cm²) maximum pressure on both sides It was found that the value and the total surface area decreased, but this difference was not statistically significant ($p > 0.05$).

Conclusion: Dynamic® tape can be used as an easy-to-apply practical treatment agent that supports MLA in asymptomatic adolescent athletes.

SPOR YÖNETİMİ / SPORTS MANAGEMENT

SB9

FARKLI FİTNESS İŞLETMELERİNDE FİTNESS ÜYESİ GÖRÜŞLERİNDEN ANTRENMAN BAŞARISIZLIK NEDENLERİNİN ANTRENÖR İLGİLENİMİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

[1]Ali Sevilmiş **, [1]Ali Erdoğan**

[1]KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ, KARAMAN

Email : *alisevilmis.42@hotmail.com,*

Amaç: Bu araştırmada amaç antrenman hedeflerine ulaşamayan fitness işletmeleri üyelerinin hangi sebeple antrenman beklentilerine ulaşamadıkları antrenör ilgilenimi açısından ele alınmıştır.

Yöntem: Araştırma nitel araştırma deseni ile kurgulanmıştır. Araştırma kapsamında fitness merkezlerinde altı aydan fazla devam eden kişilerin sporsal amaçlarına niçin ulaşılamadığı öğrenilmesi için görüşme geçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde lisanslı MAXQDA nitel veri analiz programı kullanılmıştır. Görüşmeye 35 fitness üyesi dahil edilmiştir. Sonuç: Toplanan görüşmelere yapılan içerik analizi sonucunda fitness üyelerinin fitness antrenman amaçlarına ulaşamama nedenleri altı tema altında toplanmıştır. Ağırlıklı olarak ise üyeler antrenman hedeflerine ulaşmama nedenlerini "Antrenörün ilgilenim eksikliği" temasına dayandırmışlardır.

Tartışma: Farklı fitness merkezlerindeki fitness üyelerinin antrenman amaçlarına ulaşamama nedenleri genel olarak antrenörlerin üyelerle ilgilenim eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Üyeler sportif amaçlarında başarısız olma nedenini antrenörlerin belirlenen antrenman hedefi, planı doğrultusunda üyeleri takip etmemeleri olarak dile getirmiştir. Sonuç olarak fitness işletmeleri üyelere fiziki olanakları yeterli derecede sunsa da işletmeler antrenman süreçlerinin takibine yeterince değer vermedikleri katılımcı görüşlerinden ortaya çıkarılmıştır.

In Different Fitness Businesses, Assessing The Causes Of Unsuccessfulness Of Fitness Business Members In Training In Terms Of Trainer Involvement

Purpose: In this study, for what reasons fitness business members that cannot achieve their training targets cannot reach the training expectations was discussed in terms of trainer involvement

Methodology: The study was fictionalized by means of quality study design. In the scope of the study, the interview was made to learn why the people who have continued for fitness centers for more than six months cannot reach their athletic purposes. In the analysis of the data, licensed MAXQDA qualitative data analysis program was used. 35 fitness members were included in the interview.

Conclusion: As a result of content analysis applied to the interview] forms} collected, the causes of that fitness members cannot reach fitness training targets were collected under six themes. The members predominantly attributed the causes of not being able to reach to training targets to the theme of "lack of trainer involvement".

Discussion: The causes of that fitness members in the different fitness centers cannot reach the training targets generally arise from lack of trainer involvement with the members. As a conclusion, albeit fitness businesses

present the physical facilities to the members at adequate extent, it was revealed that businesses did not pay attention for the follow of training processes from the views of the participants

SB18

TÜRK FUTBOLUNDA BİR DEPREM ÜNAL KARAMAN KRİZİNİN SPOR SİYASET İLİŞKİSİ BAKIMINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ: TWİTTER ANALİZİ

[1]Ali Sevilmiş

[1]Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman

Amaç: Günümüzde Türk sporunda meydana gelen olaylara tepki aracı olarak sosyal medyanın (twitter, facebook, instagram) kullanımı önemli hale gelmiştir. Dünya' da ve Türkiye'de sosyal medyanın kullanımının artışı göz önünde bulundurulduğunda Türk sporunda meydana gelen krizlerin twitter gibi platformlarda yer almaları kaçınılmaz olarak gözükmektedir. Bu çalışmanın amacı, Teknik Direktör Ünal Karamanın, Trabzonspor'dan ayrılığının kamu oyuna duyurulmasından sonra sosyal medya platformu twitter kullanarak paylaştıkları 3685 twett spor siyaset ilişkisinin bakımından incelenmiştir.

Yöntem: Araştırmada verileri maxqda programının twitter bağlantısı üzerinden elde edilmiş. İçerik analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Makqda programı görsel olanakları kullanılarak araştırmaya ait bulgular sunulmuştur.

Bulgular: Taraftarın Ünal Karaman istifasına siyaset gözüyle bakışı temalaştırılmasında en yüksek ilişki öbeği Siyasi - Spor' da çıkmıştır. İstifa nedeni ilişkisi yönetim ve siyasi öbeğinde tespit edilmiştir. En çok kullanılan hashtag ilişkisinin "#ünalkaraman" "#trabzonspor" olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma: Sonuç olarak taraftarlar ünal karamanın istifa nedenini "bakan müdahalesi" "farklı bir kulüp başkanının müdahalesi" "siyasetçinin hırsı" gibi nedenlere bağlamıştır.

Anahtar kelimeler: Spor siyaset ilişkisi, spor krizi, spor

Evaluation Of An Earthquake Unal Karaman Crisis In Turkish Football In Terms Of Sports-Politics Relations: Twitter Analysis

Purpose: Today, the use of social media (twitter, facebook, instagram) has become important as a means of reaction to events occurring in Turkish sports. Given the increased use of social media platforms in the world and Turkey take part in sports such crises occurring in Turkey twitter seems to be to be avoided. The aim of this study was analyzed in terms of 3685 twett sports politics relationship that Coach Ünal Karaman shared using social media platform twitter after his departure from Trabzonspor was announced to the public.

Methodology: In the research, the data was obtained from the maxqda program's twitter connection. The data were analyzed by content analysis method. Using the visual possibilities of MAXQDA program, findings of the research are presented.

Conclusion: The highest relationship phrase in Political - Sport has been found in themalizing the view of the fans from the perspective of politics to Ünal Karaman resignation. The reason for resignation was determined in the administrative and political cluster. It has been determined that the most used hashtag relationship is "# ünalkaraman" "#trabzonspor".

Discussion: As a result, the fans attributed the unaligned cause of resignation to "ministerial intervention", "intervention of a different club president", "ambition of the politician".

Keywords: sports politics relationship, sports crisis, sport

SB68

SPOR YÖNETİMLERİ AÇISINDAN TÜRKİYE VE AVRUPA BİRLİĞİNE ÜYE BAZI ÜLKELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Mehmet Ali Çeliksoy*, [2]İ. Fatih Yenel**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ESKİŞEHİR
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ANKARA

***Email :** maliceliksoy@gmail.com, fyenel@gazi.edu.tr*

Giriş: Sporun yönetsel örgütlenmesinde iki temel modelden ilki "Federe birimler olan ve kendi yönetimlerini kendileri seçen spor kulüpleri, yetkilerinin bir bölümünü "federal" nitelikteki bir üst kuruluşa devretmeleri" şeklindeki hükümet dışı modeldir. İkinci model ise, devletin ülkemizde olduğu gibi sporu doğrudan yönetmesidir. Amaç Bu çalışmanın amacı, Türkiye ile Avrupa Birliğine üye bazı ülkelerdeki spor yönetimleri (bakanlık, federasyon ve kulüp) arasında karşılaştırma yapabilmektir.

Yöntem: Betimsel olarak desenlenmiş bu çalışmada karşılaştırmalı yöntem kullanılmış, şu sorulara yanıt aranmıştır. 1. Ülkemizde ve bazı Avrupa ülkelerinin spor yönetimlerinde merkezi örgüt nasıl yapılanmıştır? 2. Ülkemizde ve bazı Avrupa ülkelerinin spor yönetimlerinde federasyonlar nasıl yapılanmıştır? 3. Ülkemizde ve bazı Avrupa ülkelerinin spor yönetimlerinde kulüpler nasıl yapılanmıştır?

Bulgular: Avrupa Birliğine üye ülkelerde spor yönetimi, daha çok gönüllü ve devlet dışı örgütler tarafından yönetilmektedir. Federasyonlar, katılımcı demokratik bir yapıdadır. Konfederasyon tipinde üst birlikler bulunmaktadır. Devlet, bu özerk örgütlere destek vermektedir. Avrupa ülkelerinde spor kulüpleri genel olarak gönüllü ve yerel yönetim destekleriyle güçlü bir ekonomik yapıda yönetilmektedir. Türkiye'de spor yönetimi merkeziyetçidir. Federasyonlar, Avrupa Birliği'ndeki gibi, Konfederasyonlara ve ulusal spor örgütlerine dayanmamaktadır. Kulüpler, devletin yardımları dışında kendi kaynaklarıyla yeterli gelir üretememekte ve yerel yönetimlerden de yeterli kaynak sağlayamamaktadır.

Tartışma/sonuç: Avrupa'da spor yönetimleri ve hizmetleri çok çeşitlilik göstermelerine karşılık, genelde ortak yanları bulunmaktadır. Çoğu Avrupa ülkesinde devlet denetleyici, destekleyici ve özendirici bir roldedir. Çünkü spor örgütlerinde katılımcılık, gönüllülük, özerk yapı ön plandadır. Özellikle kulüpler gelirlerini genel olarak bağış, üye aidatları, seyirci bilet ücretleri ve yerel yönetimlerden sağlamakta ve bu nedenle güçlü bir yapı göstermektedirler. Bu gelirlerinin bir kısmını tesisleşmeye yönlendirebilmektedirler. Türkiye'de ise, devlet spor yönetimi açısından sporu merkeziyetçi anlayışla doğrudan yönetmektedir. Devlet spor işlerinden sorumlu olarak merkezden taşraya doğru teşkilatlanmış ancak işleyişi verimsizdir. Sporda kamu kurumlarının kendi arasındaki ve yerel yönetimlerle iletişimleri yeterince güçlü değildir. Federasyonların yapıları ve işleyişleri, futbol hariç özerk yapıda değildir. Amatör branşlardaki kulüplerin gelirleri ve tesisleşmeleri yetersizdir.

Anahtar Kelimeler: Spor yönetimi, Spor Politikası, Spor Örgütlenmesi, Spor Federasyonu, Spor kulübü

A Comparison Between Turkey And Some European Union Member Countries In Terms Of Sports Managements

Introduction: The first model of organizational form of sport is a nongovernmental model in which sports clubs select their own managers and they delegate some of their responsibilities to a federal organization. The second model is that government manages sport as in Turkey.

Objective: The objective of this study is comparing sports managements (ministry, federation and club) between Turkey and some European Union member countries.

Method: In this study, descriptive and comparative method have been used and the following questions have been answered. 1. How is the centralized organization structured in Turkey and EU member counties? 2. How are federations structured in Turkey and EU member countries? 3. How are clubs structured in Turkey and EU member countries?

Findings: Sports management in EU member countries is rather managed by volunteer and non governmental organizations. There are top units as in a confederation structure. Government supports these organizations. Sport clubs in EU countries are generally managed by local government supports. Sport management in Turkey is centralist. Federations, as in EU, are not based on confederations and national sport organizations. Clubs do not generate an income except government's support.

Discussion/Results: Sports managements in Europe have similar characteristics. In most of European countries, governments are supervisors and supportive. Because participation, volunteering and self-governing in sports organizations are essential. Especially, clubs obtain their funding from donations, membership fee, spectators' fares and local governments. So that, they are able to divert their income to arrange their facilities. In Turkey, the government has centralized management. The government tries to spread sport from center to rural but process is not sufficient. The communication between state institutions and local governments is not strong enough. The structures and process of federations are not self-governing except football. Funding and facilities in amateur branches are not sufficient.

Key words: Sports Management, Sport Politics, Sports Organization, Sports federation, Sports Club

SB77

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN KARİYER DEĞERLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Yeliz ERATLI ŞİRİN, [1]Özge AYDIN

[1]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Adana

Email : *yelizsirin75@gmail.com, denizguzelyurur@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin Kariyer değerlerinin demografik değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmanın örneklemini Çukurova Üniverssitesi Spor Bilimleri Fakültesi bünyesinde bulunan Antrenörlük, Beden eğitimi öğretmenliği ve Spor Yöneticiliği bölümünde öğrenim gören 222 öğrenci oluşturmaktadır.

Yöntem: Araştırmada veri toplama aracı olarak Schein'in (1996) kariyer değerleri kuramını oluşturan ve Halis (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Kariyer Değerleri Ölçeğinden yararlanılmıştır. Öğrencilerin cinsiyet, yaş, akademik bölüm, bölümü seçme durumu, lisanslı sporculuk durumu değişkenleri demografik faktörler olarak incelenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilere ait demografik bilgiler yüzdelik ve frekans yardımı ile hesaplanmıştır. Araştırma verileri normal dağılım gösterdiği için parametrik testlerden bağımsız örneklem t- testi ve tek yönlü varyans analizi istatistiki tekniklerden yararlanılmıştır. Anova tekniğinde anlamlı farklılık bulunduğunda bu farklılığın hangi gruplar arasında oluştuğunu görebilmek için Scheffe testi yapılmıştır

Bulgular: Yapılan analizlerin sonucunda kariyer değerlerinde kendini gerçekleştirme, bir değer yaratma ve güç kazanma kariyer değerleri öğrenciler tarafından önemli bulunmuştur. saygınlık kazanma değeri ise öğrenciler tarafından en az önemli bulunan kariyer değeridir. Öğrencilerin cinsiyet değişkenleri ile kariyer değerleri boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>05$). Bir spor lisansına sahip olma, okudukları akademik bölümleri ve sınıf değişkenleri ile kariyer değerleri boyutları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<.05$). Aynı zamanda yaş değişkeni ile Kendini Gerçekleştirme, Otonomi ve kariyer değerleri ölçek toplamında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuç: Bu sonuçlara dayanarak spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin demografik özelliklerine göre kariyer değerlerinin farklılık gösterdiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kariyer Kariyer Değerleri, Schein'ın Kariyer Değerleri, Spor

ANALYSIS OF CAREER VALUES OF FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS

Introduction and Aim: The aim of this study is to determine how the Career values of university students are shaped according to demographic variables. For this purpose, the sample of the study consists of 222 students studying at the Department of Coaching, Physical Education Teaching and Sports Management within the Faculty of Sport Sciences of Çukurova University.

Method: The Career Values Scale, which constitutes the career values theory of Schein (1996) and adapted into Turkish by Halis (2016), was used as a data collection tool in the research. The variables of gender, age, academic department, department selection, and licensed sportsmanship of the students were analyzed as

demographic factors. The demographic information of the students participating in the study was calculated with the help of percentage and frequency. Since the research data showed normal distribution, the independent sample t-test and one-way analysis of variance were used from the parametric tests. When a significant difference was found in the Anova technique, the Scheffe test was conducted to see between which groups this difference occurred.

Findings: As a result of the analysis, self realization, creating a value and gaining power career values were found important by students in career values. Recognition value is the least important career value by students. No significant difference was found in the dimensions of students' gender variables and career values. Significant differences were found between having a sports license, academic departments and class variables and career values dimensions ($p < .05$). At the same time, a significant difference was found between the age variable and Self-Realization, Autonomy and career values in the scale total.

Conclusion: Based on these results, it can be said that career values of students of sports sciences faculty differ according to their demographic characteristics.

Keywords: Career Career Values, Schein's Career Values, Sports

SB90

KRİZ ZAMANLARINDA SPOR ÖRGÜT YÖNETİMİ: COVID-19 ÖRNEĞİ

[2]Yeliz ERATLI ŞİRİN, [1]Mehmet METİN, [3]Tayfun ŞİRİN

[1]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Göksun MYO, KAHRAMANMARAŞ
[2]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ADANA
[3]Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, KAHRAMANMARAŞ

Araştırmanın Amacı: Kriz zamanlarında, bir ülkenin dayanıklılığı, kurumsal tepkisi, ekonomisi ve sosyo-politik dinamikleri teste tabi tutulur. Koronavirüs hastalığı (COVID-19) küresel ekonominin tüm sektörlerini etkilemiş ve spor sektörü, COVID-19 krizinden daha önce hiç görülmemiş bir şekilde özellikle etkilenmiştir. Bu makalenin amacı, spor örgütlerinin pandemi döneminde belirsizlikle mücadele etmenin bir yolu olarak kriz yönetimini nasıl yürüttüğünü ayrıntılı olarak incelemektir. Bu amaç doğrultusunda Türkiye'de COVID-19 salgını sonucunda oluşan kriz durumundan hareketle kriz yönetimi, spor örgüt yönetimi, kriz zamanlarında spor örgüt yönetiminin nasıl davranış gösterdiği sorgulanmıştır.

Araştırmanın Metodu: COVID-19 pandemi döneminde Spor örgüt yönetimi açısından kriz yönetimi ile ilgili mevcut literatürün bir incelemesi araştırmanın modelini oluşturmaktadır. Bu çalışma spor örgüt ve kriz yönetimi arasındaki bağlantıyı ve bunun pandemi zamanlarında nasıl kullanıldığını anlamaya yardımcı olacaktır. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma verileri olarak 20.03.2020-19.07.2020 tarih aralığında örneklemde Türkiye de bulunan bazı spor federasyonları (futbol, basketbol, voleybol, güreş, atletizm, yüzme, hentbol, halter, bisiklet, cimnastik, taekwondo, masa tenisi, tenis, özel sporcular ve herkes için spor federasyonları) web siteleri incelenmiştir.

Araştırmanın Sonucu: Araştırma sonucunda 2020 Mart ayında başlayan Covid-19 pandemisinin kriz özelliklerini taşıması ile bu kriz sürecinde tüm spor federasyonlarının benzer tedbir ve önlemler aldıkları görülmektedir. Ortak alınan kriz yönetimi tedbirleri, faaliyetlerini erteleme, müsabakaları tescil etme, online eğitim, seminer ve söyleşi gibi olarak belirlenmiştir. Bahse konu olan federasyonlar Sağlık Bakanlığı ve Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından Covid-19 ile mücadeleye yönelik tedbir ve önemlere yönelik kararlarını duyurmuşlardır. Araştırmalar sonucunda, bu salgın krizi sürecinde Türkiye'de spor örgüt yönetimi alanında yapılan uygulamalarla kriz yönetimi sürecinin bazı eksiklikler olmasına rağmen etkin olarak uygulandığı görülmüştür. Bu doğrultuda spor örgüt yönetiminde kriz ve kriz yönetimi kavramlarının iyi bilinmesinin önemli olduğu, kriz yönetim sürecinin etkin olarak kullanılması gerektiği ve bundan sonraki olası benzer durumlar için spor örgüt yönetimi unsurlarının hazır bulundurulması gerektiği genel sonucuna ulaşılmıştır.

SPORTS ORGANIZATION MANAGEMENT IN TIMES OF CRISIS: THE CASE OF COVID-19

Purpose of the research: In times of crisis, resilience of a country, institutional response, economy and socio-political dynamics are put to the test. The coronavirus disease (COVID-19) has affected all sectors of the global economy and the sports sector has been particularly affected by the COVID-19 crisis in a way never seen before. The purpose of this article is to examine in detail how sports organizations have managed crisis management as a way to dealing with to uncertainty during the pandemic. For this purpose, crisis management, sports

organization management and how sports organization management behaves in times of crisis have been questioned based on the crisis situation in Turkey as a result of the COVID-19 outbreak.

Research Method: A review of the current literature on Crisis Management in terms of sports organization management during the covid-19 pandemic period forms the model of the research. This study will help to understand the link between sports organization and crisis management and how it is used in times of pandemic. Document analysis method, one of the qualitative research methods, was used in the study. As research data, found in Turkey in the sample in 20.03.2020-19.07.2020 date range, some sports federations (football, basketball, volleyball, wrestling, athletics, swimming, handball, weightlifting, cycling, gymnastics, taekwondo, table tennis, tennis, special athletes and sports federations for all) websites have been reviewed.

The Result of the Study: As a result of the research, it is seen that all sports federations have taken similar measures and precautions during this crisis period, with the covid-19 pandemic, occurring in March 2020, having crisis characteristics. Joint crisis management measures have been determined as postponing activities, registering competitions, online training, seminars and interviews. The mentioned federations have announced their decisions on measures and precautions to deal with Covid-19 by the Ministry of Health and the Ministry of Youth and Sports. At the end of searches, during this epidemic crisis the crisis management process has been shown to be effectively implemented by practices in sports organization management in Turkey despite some shortcomings. In this direction, it has been concluded that it is important to know the concepts of crisis and crisis management in sports organization management, the crisis management process should be used effectively and sports organization management elements should be kept ready for possible future situations.

SB91

KALKINMA PLANLARINDA SERBEST ZAMAN OLGUSU

[1]Mehmet Onur AK

[1]Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İSTANBUL

Giriş ve Amaç: Ülkemizin genel kalkınmasına olanak sağlayacak şekilde milli tasarrufu artırmak, sosyal ve kültürel kalkınmayı gerçekleştirmek amacıyla 1961 Anayasası ile beş yıllık kalkınma planlarının hazırlanması kararlaştırılmıştır. Bu maksatla 1963 yılından günümüze kadar toplam 11 kalkınma planı uygulamaya koyulmuştur. Sosyal ve kültürel kalkınma; bireylerin maddi ve manevi refahının artması dolayısıyla toplumun refah seviyesinin yükselerek bu alanda ülkece kalkınmanın sağlanması anlamına gelmektedir. Serbest zamanı etkili kullanmanın bireysel ve toplumsal faydaları düşünüldüğünde, bu alandaki hizmetlerin her kesimden vatandaşa eşit şekilde ulaştırılması yönündeki adımların açıklandığı kalkınma planları önemli bir kaynak teşkil etmektedir. Bu çalışmada ülkemizde şu ana kadar yapılan beş yıllık kalkınma planları incelenerek geçmişten günümüze serbest zaman olgusunun ele alınma biçiminin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışma, 1963 ve 2019 yıllarında hazırlanan toplam 11 kalkınma planını serbest zaman boyutuyla ele almaktadır. Çalışmada nitel araştırma tekniklerinden doküman analizi yöntemi kullanılmıştır.

Bulgular: Genel olarak Birinci Kalkınma Planı'nda altyapı ve tesisleşme, İkinci Kalkınma Planı'nda genç nüfusa faydalı yetenekler kazandıracak etkinliklere odaklanılması, Üçüncü Kalkınma Planı'nda rekreasyon tesislerinin planlama çalışmaları, Dördüncü Kalkınma Planı'nda aktivitelerin ulaştırılmasında fırsat eşitliği, Beşinci Kalkınma Planı'nda geleneksel köy sanatlarının canlandırılması, Altıncı Kalkınma Planı'nda medyanın kullanılarak serbest zaman konusunda bilinçlendirme, Yedinci Kalkınma Planı'nda rekreasyona devlet tarafından önem verildiğinin açıklanması, Sekizinci Kalkınma Planı'nda serbest zamanların faydalı tüketilmesi, Dokuzuncu Kalkınma Planı'nda e-ticaretin kırsalda kullanılarak turizme entegre edilmesi, Onuncu Kalkınma Planı'nda fiziki ve beşeri altyapının sağlamlaştırılması, On Birinci Kalkınma Planı'nda saygın organizasyonlara ev sahipliği yapılması konularının ele alındığı görülmüştür.

Sonuç: Kalkınma planlarında bireylerin serbest zamanlarını faydalı kullanarak bu bilincin topluma aşılanması yönünde yapılan çalışmalar açıkça görülmektedir. İlk planda altyapı ve tesisleşme konularından bahsedilirken son planda saygın organizasyonlara ev sahipliği yapmanın amaçlandığı göze çarpmaktadır. Bu ivme devam ederken bir taraftan da her anlamda sağlıklı olmanın topluma etkisi göz önüne alınarak vatandaşlara gerekli hizmetin ulaştırılması yönündeki uygulamaların kalkınma planları ve politikalarla standartlaştırılması önem arz etmektedir.

LEISURE TIME PHENOMENON IN DEVELOPMENT PLANS

Introduction and Aim of the Study: It was decided to prepare five-year development plans with the 1961 Constitution to increase economic welfare and realize social and cultural development in a way that will contribute to the general development of Turkey. For this purpose, a total of 11 development plans have been implemented since 1963. Social and cultural development means the increase in the welfare of the society due to the increase in the physical and spiritual welfare of the individuals and the development of the country in this context. Considering the individual and social benefits of using leisure time effectively, development plans in which the steps for providing services in this field to all citizensequally are explained as an important resource. In this study,

it is aimed to analyse leisure time phenomenon from past to present by examining all five-year development plans made in our country so far.

Methodology: This study examines 11 development plans prepared between 1963 and 2019 with the leisure time perspective. Document analysis method, which is one of the qualitative research techniques, has been used in the study.

Results: In general, in the First Development Plan, it has been observed that the focus is on activities that will bring useful skills to the young population. In the Second Development Plan, planning of recreation facilities is mentioned. Moreover, the Third Development Plan emphasize the equal opportunity in the delivery of activities while the Fourth Development Plan highlight the importance of revitalizing traditional village arts. Raising awareness about leisure time by using the media is added to the Sixth Development Plan, which can be inferred that the State gives much importance to recreation in the Seventh Development Plan. In addition, useful leisure time activities in the Eighth Development Plan and using e-commerce in the countryside in the Ninth Development Plan have been found out. Finally, strengthening the social and physical infrastructure in the Tenth Development Plan, and hosting respected organizations in the Eleventh Development Plan have been underlined.

Conclusion: In the development plans, the efforts to instilthe awareness of the citizens regarding the effective use of leisure time in the are clearly seen. While the infrastructure issues are mentioned in the first plan, it stands out that the aim is to host respected organizations in the last. While this momentum continues, it is important to standardize practices for the provision of necessary services to citizens with development plans and policies, taking into account the impact of being healthy on society in every sense.

SB102

FUTBOL HAKEMLİĞİ İLE İLGİLİ MAKALELER ÜZERİNE BİR İÇERİK ANALİZİ

[1]Ferhat Gündoğdu

[1]Serbest Araştırmacı,ANKARA

Giriş ve Amaç: Global bir spor dalı olarak futbola olan ilgi her geçen yıl artmaktadır. Bu ilgiden en çok etkilenen paydaşlardan biri de sahadaki hakemlerdir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye adresli araştırmacılar tarafından yayınlanan futbol hakemliği ile ilgili makalelerin değerlendirmesini yapmaktır.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda 1993-2020 yılları arasında yayınlanmış makaleler incelenmiştir. ULAKBİM ve Google Scholar veri tabanları üzerinde tarama yapılarak futbol hakemliği ile ilgili makaleler seçilmiştir. Tarama sonucunda ulaşılan 92 makale; konularına, yıllarına, yazar sayılarına, yazar kurumlarına, araştırma yöntemlerine ve desenlerine, veri toplama araçlarına, örneklemlerine ve veri analiz yöntemlerine göre sınıflandırılarak incelenmiştir. İçerik analizi ile elde edilen ve kategorilere ayrılan veriler nicel betimleyici analiz yöntemlerinden olan frekans ve yüzde kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Analiz sonuçlarına göre; en fazla "karar verme" (%14) , "hakemlik tercihi/sorunları" (%13) ve fizyolojik özellikler (%13) konularında makale yazıldığı, futbol hakemliği ile ilgili makalelere 2016 yılından (%12) sonra daha çok ilgi gösterildiği, makalelerin büyük oranda iki veya üç yazarlı (%62) olduğu, en çok nicel araştırma yöntemi (%89) ile tarama deseninin (%41) kullanıldığı, anket ve ölçeğin (%67) en çok kullanılan veri toplama aracı olduğu, örneklem büyüklüğünün genellikle (%54) 1-100 hakem arasında olduğu ve en çok rastgele örnekleme yönteminin (%26) kullanıldığı, veri analiz için en fazla nicel analiz yöntemlerinden frekans/yüzde ile ortalama/standart sapmanın (%47) kullanıldığı tespit edilmiştir.

A CONTENT ANALYSIS ON ARTICLES RELATED TO FOOTBALL REFEREEING

Introduction and Purpose: As a global sport, interest in football is increasing year by year. One of the stakeholders most affected by this interest is the referees on the field. The aim of this study is to evaluate articles on football refereeing published by researchers with addresses in Turkey.

Method: For this purpose, articles published between 1993 and 2020 were examined. Articles on football refereeing were selected by scanning the ULAKBİM and Google Scholar databases. 92 articles reached as a result of the scan; subjects, years, author numbers, author institutions, research methods and patterns, data gathering tools, samples and data analysis methods were classified according to. The data obtained and categorized by content analysis were analyzed using frequency and percentage which are quantitative descriptive analysis methods.

Findings and Conclusions: According to the analysis results; the most of the articles were written about "decision-making" (14%), "refereeing preference/problems" (13%) and physiological characteristics (13%); articles about football refereeing (12%) were shown more interest after 2016 (12%), and articles had largely two or three authors (62%); It was found that the most quantitative research method (89%) and the scanning pattern (41%), the survey and scale (67%) were the most used data collection tool, the sample size was usually among 1-100 arbitrators, and the most random sampling method (26%) was used, frequency/percentage and average/standard deviation (47%) were used for data analysis.

SB108

TÜRKİYE'DE SPORDA DOPİNG ALANINDA YAPILAN LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ

***[1]Mine ÖMERCİOĞLU*, [2]Kemal Alparslan ERMAN**

[1]Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
[2]Akdeniz Üniversitesi

Email : *myalcinkaya@mehmetakif.edu.tr, ermana@akdeniz.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Ülkelerin bilimsel alanlardaki kaynaklarının sayısı ve niteliği, o ülkenin bilimdeki etkinliğinin derecesini göstermektedir. Bu çalışmanın amacı, ülkemizde lisansüstü eğitim veren üniversitelere bağlı, ilgili enstitülerde sporda doping alanında yapılan, YÖK Elektronik Tez Arşivinde yayınlanmış lisansüstü tezlerin sistematik olarak incelenmesidir.

Yöntem: Bu araştırma, nitel desende hazırlanmış bir durum çalışmasıdır ve verilerin toplanmasında doküman analizi tekniği kullanılmıştır. YÖK Elektronik Tez Arşivinde, "doping" ve ''spor'' anahtar kelimeleriyle, tüm yıllara göre gelişmiş tarama yapılarak ulaşılan 59 yüksek lisans ve doktora tezi değerlendirilmiştir. Yapılan taramada ulaşılan 59 tezin 6'sı konu dışı olduğundan dolayı dışlanmış ve toplamda 53 tez çalışması bu araştırmaya dâhil edilmiştir.

Bulgular: Araştırmanın kapsamında, 1985-2020 yılları arasındaki 36 yıllık süreçte doping alanında toplam 53 lisansüstü tezin yapıldığı belirlenmiştir. Bu tezlerin 42'si yüksek lisans (%79,2) ve 11'i doktora (%20,8) tezidir. Tezler; yıl, üniversite, enstitü, anabilim dalı, konu, dizin ve anahtar kelimelerine göre sınıflandırılmıştır. Tezlerin çoğunluğu Sağlık Bilimleri Enstitüsü (%69,8) ve Sosyal Bilimler Enstitüsü (%22,6), çok azı ise Eğitim Bilimleri Enstitüsünde (%5,7) ve Fen Bilimleri Enstitüsü (%1,9) tarafından hazırlandığı belirlenmiştir. Tezler en çok spor konusunda (n=41), Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda (n=20) yazılmıştır.

Sonuç: ''Doping'' ülkemizdeki spor ile ilgili konularda önemli çalışma alanlarından bir tanesidir. Türkiye'de doping alanında yapılmış olan lisansüstü tezlerin sayısının son yıllarda Sağlık Bilimleri ve Sosyal Bilimler alanında artış gösterdiği tespit edilmiştir. Sosyal Bilimler alanında yapılan araştırmaların sayısındaki hızlı artışın, doping konusunda psiko-sosyal alanlardaki çalışmalara duyulan ihtiyaçtan kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna rağmen doktora tezlerinin sayısına bakıldığında oldukça az çalışma olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmanın sonucu olarak, Eğitim ve Sosyal Bilimleri alanındaki araştırmacıların gelecekte yapmayı planladıkları lisansüstü tez çalışmalarında daha çok doping konusuna yer vermesi gerektiği ve tüm alanlarda doping konusunda daha fazla nitelikli yüksek lisans ve doktora tezine ihtiyaç duyulduğu anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Lisansüstü Tez, Doping, Spor.

THE ANALYSIS OF THE POSTGRADUATE THESES WRITTEN ON DOPING IN SPORT IN TURKEY

Introduction and Aim: The number and quality of the resources of the countries in scientific fields show the degree of the effectiveness of that country in science. The aim of this study is to systematically examine the postgraduate

theses published in the Electronic Thesis Archive of the Council of Higher Education, conducted in the field of doping in sports at relevant institutes, affiliated with universities that provide graduate education in our country.

Method: This research is a case study prepared in qualitative design and document analysis technique was used for data collection. In the Electronic Thesis Archive of the Higher Education Council, 59 master's and doctoral theses, which were accessed by advanced scanning over all years, were evaluated with the keywords "doping" and "sports". Six of the 59 theses reached in the screening were excluded because they were out of subject and 53 thesis studies in total were included in this research.

Findings: Within the scope of the research, it was determined that a total of 53 graduate theses were made in the field of doping in the 36-year period between 1985-2020. 42 of these theses are master's (79.2%) and 11 doctoral (20.8%) theses. Theses; It is classified according to year, university, institute, department, subject, directory and keywords. It was determined that the majority of the theses were prepared by the Institute of Health Sciences (69.8%) and the Institute of Social Sciences (22.6%), and a very few by the Institute of Educational Sciences (5.7%) and the Institute of Science (1.9%). Theses were mostly written on sports (n=41), Physical Education and Sports Department (n=20).

Conclusion:''Doping'' is one of the important fields of study in sports-related issues in our country. Turkey in the last number of years postgraduate thesis made in the doping area has been found to increase the field of Health Sciences and Social Sciences. It is thought that the rapid increase in the number of researches in the field of Social Sciences is due to the need for studies in psycho-social fields on doping. However, considering the number of doctoral theses, it is determined that there are very few studies. As a result of this study, it is understood that researchers in the field of Education and Social Sciences should include more doping in their future graduate thesis studies, and more qualified master's and doctoral dissertations on doping are needed in all fields.

Keywords: Postgraduate Thesis, Doping, Sport.

SB128

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN ETİK YAKLAŞIMLAR HAKKINDAKİ GÖRÜŞLERİ (ERZURUM ÖRNEĞİ)

***[1]Mete ŞİRİNKAN*, [2]Cem ŞİRİNKAN**

[1]Bayburt Üniversitesi, Lisans Üstü Enstitüsü, İşletme Bölümü
[2]Adana Alpaslan Türkeş Üniversitesi, İşletme Fakültesi

***Email :** asirinkan@atauni.edu.tr*

Araştırmanın Amacı ve Önemi: Bu araştırmanın amacı, Atatürk Üniversitesi, spor bilimleri fakültesinde eğitim gören Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencilerinin Etik Yaklaşımlar Hakkındaki Görüşlerini araştırmaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma kapsamında Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümünde eğitim gören 380 kadar öğrenciden 80 öğrenciye (25 kadın öğrenci+55 erkek öğrenci) online olarak görüşme formları gönderildi. Görüşme Formu 10 sorudan oluşturuldu. Elde edilen cevaplar gruplandırılarak yüzdeleri tespit edildi.

Araştırmanın Sınırlılıkları: Bu çalışma, online olarak ulaşılabilen ve katılımcıların Erzurum Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 380 kadar öğrenciden 80 öğrenciye (25 kadın öğrenci+55 erkek öğrenci) sınırlıdır. Öğrencileri 18-28 yaş grubundan oluşmaktadır. Veri Analizi: Verilerin Görüşme formlarında madde analizi yapılarak tablolaştırılmıştır. Değişken olarak yaş, cinsiyet gelir durumu ve eğitim durumu ele alınmıştır. Bulgular ve sonuçlar: Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin çoğunluğu (% 90) ı fair play olayına inandıklarını ve olması gerektiğini savunurken, sportif etkinliklerde veya müsabakalardaUygulanmadığını (% 95) ifade etmişlerdir. Ayrıca sporda hoşgörünün olması gerekirken (% 85), uygulamada ancak (% 10) çok az uygulandığını belirtmişlerdir. Spor felsefesi eğitiminin verilmediği (95), eğitim verilirse görev yapan veya eğitim alan bireyleri çalışma alanlarındaki başarıları daha fazla olacaktır (90). Sporun kurumsallaşması ile ilgili olarak öğrencilerin büyük çoğunluğu(% 98) yeniden düzenlemelerin yapılması gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca sporda olimpizm hedefi tüm sporcu, yönetici ve diğer görevliler için hedef olarak gösterilerek eğitimleri verilmelidir. Sonuç olarak, daha başarılı birey, toplum ve ulusların sportif olaylardaki başarıları etik kurallar olan fair play, hoşgörü, gelenekler, kurumsallaşma ve olimpizm ruhunun eğitilerek bireylere benimsetilmesi ile mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Spor Yöneticiliği, fair Play, Hoşgörü, Olimpizm

The Views Of The Students Of The Faculty Of Sport Sciences Department Of Sports Management On Ethical Approaches (Erzurum Example)

Purpose and Importance of the Study: The purpose of this study is to investigate the opinions of the students of the Sports Management Department of Atatürk University, Faculty of Sport Sciences, on Ethical Approaches Materials and Methods: Within the scope of the research, online interview forms were sent to 80 students (25 female students + 55 male students) out of 380 students studying at Atatürk University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management. The Interview Form was composed of 10 questions. The obtained answers were grouped and their percentages were determined.

Limitations of the Study: This study is limited to 80 students (25 female students + 55 male students) out of 380 students studying at Erzurum Atatürk University, Faculty of Sport Sciences, which can be accessed online. Its students consist of the 18-28 age group.

Data Analysis: The data were tabulated by analyzing items in the Interview forms. Age, gender, income, and education level were considered as variables.

Findings and results: According to the results of the research, the majority of the students (90%) stated that they believe in fair play and that it should be, whereas it is not applied in sports activities or competitions (95%). In addition, they stated that while there should be tolerance in sports (85%), it is applied very little (10%) in practice. Individuals who do not receive training in philosophy of sports (95), who work or receive training, will have more success in their field of study (90). Regarding the institutionalization of sports, the majority of the students (98%) stated that reorganizations should be made. In addition, the goal of Olympicism in sports should be shown as a target for all athletes, managers and other officials and their training should be given. As a result, the success of more successful individuals, societies and nations in sportive events is possible by educating the spirit of fair play, tolerance, traditions, institutionalization and Olympicism, which are ethical rules, and making them adopt.

Keywords: Sports Management, fair Play, Tolerance, Olympism

SB130

SPOR BİLİMLERİNDE YÖNETSEL ETİK ALGISI VE NEPOTİZM (Erzurum Örneği)

***[1]Mete ŞİRİNKAN*, [2]Cem ŞİRİNKAN**

[1]Bayburt Üniversitesi, Lisans Üstü Enstitüsü, İşletme Bölümü
[2]Adana Alpaslan Türkeş Üniversitesi, İşletme Fakültesi

***Email :** asirinkan@atauni.edu.tr*

Araştırmanın Amacı ve Önemi: Bu araştırmanın amacı, Atatürk Üniversitesi, spor bilimleri fakültesinde yönetsel etik algısı ve nepotizm'i inceleyerek, bu kavramların öğrenciler arasında etik algısı ve nepotizm arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma kapsamında Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 1200 kadar öğrenciden 240 kişiye (65 kadın öğrenci+175 erkek öğrenci) nepotizm hakkındaki anket uygulandı.

Araştırmanın Sınırlılıkları: Bu çalışma, online olarak ulaşılabilen ve katılımcıların Erzurum Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 1200 kadar öğrenciden 240 kişiyle (65 kadın öğrenci+175 erkek öğrenci) sınırlıdır. Öğrencileri 18-28 yaş grubundan oluşmaktadır.

Veri Analizi: Verilerin analizi SPSS 22 istatistik programı ile analiz edilerek tablolaştırılmıştır.

Bulgular ve sonuçlar: Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin çoğunluğu (% 90) ı etik algılamaya olayına inandıklarını ve olması gerektiğini savunurken, eğitim sürecinde (% 95) bunun gerçekleşmediğini (% 85) ifade etmişlerdir. Ayrıca sporda nepotizmin olmaması gerekirken (%95), uygulamada ancak (% 10) çok az uygulandığını belirtmişlerdir. Sonuç olarak, spor eğitiminde etik algıların vurgulanması, nepotizm ile ilgili olumsuzlukların ortadan kaldırılması spor eğitiminde ve spor insanı yetiştirmede daha fazla kalite ve liyakat ön plana çıkacaktır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Spor Eğitim, Nepotizm

MANAGEMENT ETHICS PERCEPTION AND NEPOTISM IN SPORTS SCIENCES (Erzurum Example)

Purpose and Importance of the Study: The purpose of this study is to examine the perception of managerial ethics and nepotism in Atatürk University, faculty of sports sciences, and to investigate whether there is a meaningful relationship between these concepts and ethical perception among students.

Materials and Methods: Within the scope of the research, a questionnaire about nepotism was applied to 240 students (65 female students + 175 male students) out of 1200 students studying at Atatürk University, Faculty of Sport Sciences.

Limitations of the Study: This study is limited to 240 students (65 female students + 175 male students) out of 1200 students studying at Erzurum Atatürk University, Faculty of Sport Sciences, which can be accessed online. Its students consist of the 18-28 age group.

Data Analysis: The analysis of the data was analyzed and tabulated with the SPSS 22 statistical program. Findings and results: According to the results of the research, the majority of the students (90%) claimed that they believed in ethical perception and that it should happen, whereas in the education process (95%) this did not happen (85%). In addition, they stated that while nepotism should not be present in sports (95%), it is applied very little (10%) in practice. As a result, emphasizing ethical perceptions in sports education, eliminating negativities related to nepotism, more quality and merit in sports education and training sports people will come to the fore.

Keywords: Sport, Sports Education, Nepotism

SB148

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİ'NDEKİ TEKNİK DİREKTÖR SÖYLEMLERİNİN İÇERİK ANALİZİ: 2017-2018 SEZONU ÖRNEĞİ

[1]Çağla Sevindik, [2]Turgay Biçer

[1]İstanbul Okan Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Fakültesi, İSTANBUL
[2]Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *cagla.sevindik@okan.edu.tr, turgay@marmara.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada Türkiye Futbol Süper Ligi'ndeki teknik direktörlerin görsel basındaki maç sonrası söylemlerinin analizi yapılmıştır. Araştırmanın amacı, konuşmalarıyla futbolcuların başarılarında etkisi olan ve oyuncuları yönlendirici bir güce sahip olan teknik direktörlerin, maç sonrası gerçekleştirdikleri basın toplantılarında ağırlıklı olarak hangi konulardan bahsettiklerini belirlemektir. Ayrıca antrenörlerin bu söylemlerinin oynanan müsabakaların sonuçlarıyla ilişkisi de incelenecektir.

Yöntem: Araştırmanın analizi için, teknik direktörlerin söylemleri konusunu derinliğine ve çok boyutlu anlamak için nitel araştırma yöntemi kullanılması uygun görülmüştür. Araştırmanın örneklemini 2017-2018 sezonu içinde Türkiye Futbol Süper Ligi'ndeki 18 takımın teknik direktörü oluşturmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler içerik analizi ile incelenerek yorumlanmıştır.

Bulgular: Araştırma sonucunda süper ligde mücadele eden teknik direktörlerin; galibiyet, mağlubiyet ve beraberlik ile sonuçlanan müsabakalarda öne çıkardıkları söylemler incelenerek tablo haline getirilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular 'övgü/tebrik, eleştiri, pozisyon analizi ve sezon değerlendirme' olmak üzere 4 başlık altında sunulmuştur.

Sonuç: Araştırmamız sonucunda Süper Lig'de mücadele eden takımların söylemlerinde genel olarak çok fazla değişkenlik görülmemiştir. Yalnızca oynanan maçların sonuçlarına ve takımların ligde bulundukları konuma göre, farklı söylemler geliştirildiğinden özellikle zirve yarışında olan ve kümede kalma mücadelesi veren takımların açıklamaları arasındaki farklılıklar dikkat çekmiştir. Bu çerçevede çalışmamız sonucunda oluşturulan tablo ışığında, teknik direktörlerin maç sonuçları karşısındaki tutum ve davranışlarının, rekabet seviyesine göre değişkenlik gösterdiği sonucuna varılmıştır.

*Bu çalışma Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Spor Yönetim Bilimleri Ana Bilim Dalı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

CONTENT ANALYSİS OF TURKISH SUPER LEAGUE FOOTBALL COACHES' STATEMENTS: EXAMPLES FROM 2017-2018 SEASON

Introduction and Aim: In this study, the technical directors of the Turkey Super League post-match analysis is made of the discourse in the visual media. The research aims to determine the topics that coaches mainly talk during the press conferences after the matches, who have an influence on the success of the players and who have the power to guide the players. In addition, the relationship between the coaches' discourse and the results of the competitions will be examined.

Method: For the analysis of the research, it was deemed appropriate to use a qualitative research method to understand the subject of the discourse of the coaches in depth and multidimensionally. The sample of the study in 2017-2018 season in Turkey Football Super League constitute 18 team's coaches. The data obtained in the research were analyzed by content analysis and interpreted.

Findings: As a result of the research, the coaches of the super league; The statements they highlighted in the competitions that resulted in win, defeat and draw were examined and tabulated. The findings obtained in the research are presented under 4 headings as 'praise/congratulation, criticism, position analysis and season evaluation'.

Conclusion: As a result of our research, there was not much variation in the discourse of the teams competing in the Super League in general. The differences between the statements of the teams competing for the top and struggling to stay in the cluster attracted attention, as different discourses were developed only according to the results of the games played and the position of the teams in the league. In this framework, in the light of the table created as a result of our study, it was concluded that the attitudes and behaviors of the coaches towards the match results vary according to the level of competition.

*This study was produced from Department of Sports Management Science at Marmara University Institute of Health Sciences

SB188

VİDEO YARDIMCI HAKEM SİSTEMİNİN SPORDA TEKNOLOJİ KAPSAMINDAKİ TEORİK ÇERÇEVESİ

***[1]Fahri ERYILMAZ*, [2]F. Pervin BİLİR**

[1]Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Adana

***Email :** fahri.eryilmaz@hotmail.com, fatmapervinbilir@gmail.com*

Sporda teknoloji kullanımı sporun bütün paydaşları açısından bir gereklilik haline dönüşmüştür. Özellikle Video Yardımcı Hakem (VAR) sisteminin futbol müsabakalarında kullanılmaya başlanması ile sporda teknoloji kullanımına dair tartışmalar gündeme gelmiştir. Kamuoyuna yansıyan söz konusu tartışmaların büyük bir kısmı, bilimsellikten uzak, reyting kaygısı güden, magazinsel değeri olan tartışmalardır. Ancak VAR sistemi de dahil olmak üzere bütün spor teknolojilerinin teorik bir çerçeve içinde değerlendirilmesi gerektiği spor bilimi açısından bir gereksinimdir. Bu gereksinimi karşılamak için yapılan çalışmalar, sporun teknoloji ile bütünleştiği birçok konuya, farklı açılardan değinmektedir. VAR sistemi de bu konulardan biri olarak, bu çalışmanın merkezinde yer almaktadır. Bu çalışma, spor teknoloji teorileri çerçevesinde VAR sistemini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Kuramsal olan bu çalışmada, öncelikle spor teknolojileri teorileri ortaya konmuş, ardından VAR sistemi ile ilgili genel bilgiler sunularak, VAR sisteminin spor teknoloji teorileri arasındaki yeri tartışılmıştır. Sonuç olarak VAR sisteminin epistemolojik avantaj ve ontolojik otorite kavramları altında müsabaka hakemlerinin lehine bir teknolojik gelişme olduğu, "Teknolojik Hakemlik Destekleri" başlığı altında değerlendirilebileceği kanısına ulaşılmıştır.

Theoretical Framework Of The Video Assistant Referee System In The Scope Of Technology In Sports

Using technology in sports has become a necessity for all stakeholders of sports. Discussions on the use of technology in sports have come to the fore especially with the introduction of the Video Assistant Referee (VAR) system in football competitions. Most of the aforementioned debates reflected on the public are unscientific debates that are far from being scientific, have rating concerns and have a magazine value. However, it is a requirement for sports science that all sports technologies, including the VAR system, should be evaluated within a theoretical framework. Studies carried out to meet this requirement touch upon many issues where sports are integrated with technology from different angles. The VAR system is at the center of this study as one of these issues. This study aimed to evaluate the VAR system within the framework of sports technology theories. In this theoretical study, firstly the sports technology theories are presented, then general information about the VAR system is presented and the place of the VAR system among sports technology theories is discussed. As a result, it was concluded that the VAR system is a technological development in favor of the match referees under the concepts of epistemological privilege and ontological authority, and it can be evaluated under the title of "Technological Officiating Aids".

SB197

PARAYI VEREN DÜDÜĞÜ ÇALAR MI? AVRUPA'NIN ELİT FUTBOL ORGANİZASYONLARINDA SPORTİF BAŞARI İLE FİNANSAL PARAMETRELER ARASINDAKİ İLİŞKİ

[1]ORÇUN KEÇECİ

[1]Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, ESKİŞEHİR

Profesyonel futbolda kulüplerin sportif açıdan başarılı veya başarısız olarak kabul edilmesi, sıklıkla sahip oldukları finansal değerler ve yaptıkları yatırımlar ile kıyaslanarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, profesyonel futbolda sportif başarı ile bazı finansal parametreler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ve anlamlı bir ilişki var ise hangi yönde ve ne düzeyde olduğunu ortaya koyabilmektir. Araştırmanın evrenini Avrupa kıtasının elit futbol organizasyonları oluşturmaktadır. Örneklem olarak ise İngiltere Premier League, İspanya La Liga, İtalya Serie A, Almanya Bundesliga, Fransa Ligue 1, Türkiye Süper Lig ve UEFA Şampiyonlar Ligi organizasyonları ele alınmıştır. Veri toplama aşamasında, www.transfermarkt.com internet sitesi üzerinden veri madenciliği yöntemi ile söz konusu organizasyonlardaki kulüplerin 2010'lu yıllarda elde ettikleri lig dereceleri, toplam oyuncu değerleri, ortalama oyuncu değerleri ve transfer için harcadıkları paralara yönelik bilgiler elde edilmiştir. Veri analizi aşamasında, SPSS 24 programı aracılığıyla basit korelasyon testi yapılmıştır. Korelasyon analizlerinin yorumlanmasında, sportif başarı bağımlı değişken olarak kabul edilirken toplam oyuncu değeri, ortalama oyuncu değeri ve yapılan transfer harcaması bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Elde edilen bulgularda, değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan anlamlı olan ilişkilerin tamamı pozitif yönlüdür. Yerel organizasyonlarda çoğunlukla orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkilere rastlanmıştır ($p \leq 0,05$). Ancak uluslararası bir organizasyon olan UEFA Şampiyonlar Ligi'nde çoğunlukla anlamlı olarak kabul edilmeyen düzeyde değerler bulunmuştur ($p > 0,05$). Sonuç olarak, kulüplerin rakiplerine kıyasla daha yüksek kadro değerine sahip olmasının ve daha fazla transfer harcaması yapmasının sportif başarı açısından yerel düzeyde çoğunlukla etkili olabileceğini göstermektedir. Fakat aynı durum uluslararası düzey için geçerli değildir ve finansal zenginlik UEFA Şampiyonlar Ligi'nde sportif başarı için yeterli olmamaktadır. Bu konu özelindeki çalışmaların niteliksel açıdan genişletilebilmesi için kulüplerin toplam maaş giderleri üzerinden de analizler yürütülmesi önerilmektedir.

WHEN YOU PAY PEANUTS, DO YOU GET MONKEYS? THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTING ACHIEVEMENTS AND FINANCIAL PARAMETERS AT EUROPEAN ELITE SOCCER ORGANIZATIONS

In professional football, the acceptance of clubs as successful or unsuccessful in sports is often evaluated by comparing them with their financial values and investments. In this context, the aim of the study is to reveal whether there is a significant relationship between sportive success in professional football and some financial parameters, and if there is a significant relationship, in what direction and at what level. The universe of the research is the elite football organizations of the European continent. England Premier League, Spanish La Liga, Italian Serie A, German Bundesliga, French Ligue 1, Turkey Super League and UEFA Champions League organizations were examined as samples. During the data collection phase, information was obtained about the league rankings, total player values, average player values and the money spent by the clubs in these organizations in 2010s through data mining method on the website www.transfermarkt.com. In the data analysis phase, bivariate correlation test was performed using the SPSS 24 program. In the interpretation of the correlation analysis, while sporting achievements is considered as the dependent variable, total player value,

average player value and transfer expenditure are considered as independent variables. In the findings obtained, all of the statistically significant relationships between variables are positive. Medium and high level significant relationships are mostly found in local organizations ($p \leq 0.05$). However, in the UEFA Champions League, which is an international organization, mostly values that are not considered significant were found ($p > 0.05$). As a result, it shows that clubs having higher squad value compared to their rivals and making more transfer spending can be mostly effective at the local level in terms of sporting achievements. But the same is not true at the international level, and financial wealth is not enough for sporting achievements in the UEFA Champions League. In order to expand the studies on this subject qualitatively, it is recommended to make analyzes on the total salary expenses of the clubs.

SB208

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK İLE YABANCILAŞMA DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

[1]Aylin Uğurlu

[1]Gazi Üniversitesi

Giriş ve Amaç Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve yabancılaşma düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve yalnızlık ve yabancılaşma arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem Araştırmanın örnekleminde toplam 263 (82 kadın ve 181 erkek) üniversite öğrencisi yer almıştır. Kolayda örnekleme metoduyla ile seçilen katılımcılar "UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA III) ve Öğrenci Yabancılaşma Ölçeği (ÖYÖ)'ni cevaplamışlardır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler, t-test, MANOVA, ANOVA ve regresyon testleri kullanılmıştır.

Bulgular Bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin sadece "ÖYÖ" "güçsüzlük" altboyutunda ortalamanın üzerinde puana sahip olduğu, "ÖYÖ" diğer alt boyutlarda (kuralsızlık, soyutlanmışlık ve anlamsızlık) ve UCLAIII'de ortalamanın altında ortalama puanlara sahip oldukları görülmüştür. Katılımcıların yalnızlık ortalama puanları ve yabancılaşma düzeylerinin cinsiyet ve üniversiteye giriş değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$). Bununla birlikte, MANOVA sonuçlarına göre, sınıf değişkeninin "UCLAIII" ve "ÖYÖ"nin tüm alt boyutlarında (güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanmışlık ve anlamsızlık) temel etkisinin anlamlı olmadığı ($p>0.05$) görülmüştür. Yapılan regresyon analizi sonucunda, yalnızlığın yabancılaşmanın anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç Sonuç olarak, örneklem grubu çerçevesinde cinsiyet, ünversiteye giriş ve sınıf değişkenlerinin yalnızlık ve yabancılaşma algıları üzerinde etkisinin olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, örneklem grubunun yalnızlık hislerinin artmasıyla birlikte, yabancılaşma algılarının da arttığı söylenebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: yalnızlık, güçsüzlük, kuralsızlık, soyutlanmışlık, anlamsızlık

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS' LONELINESS AND ALIENATION

Introduction and Purpose This research study aims to examine the loneliness and alienation levels of university students according to some variables and determine the relationship between their alienation and lobeliness level.

Method The sample of study included a total of 263 students (82 women, 181 man). Participants selected with easy sampling method answered "UCLA Loneliness Scale (UCLA III) and Student Alienation Scale (SAS)". Descriptive statistics, t-test, MANOVA, ANOVA and regression tests were used for data analysis.

Findings According to findings, university students only had above average scores in the "weakness" sub-dimension of "SAS", they had lower average scores in other sub-dimensions (anomy, isolation and meaninglessness) and UCLAIII. It was determined that the participants' mean scores of loneliness and alienation

levels did not differ significantly according to gender and university entrance variables (p> 0.05). In addition to this, according to MANOVA results, it was seen that the main effect of the class variable in all sub-dimensions (weakness, anomy, meaninglessness and isolation) of "UCLAIII" and "SAS" was not significant (p> 0.05). As a result of the regression analysis, it was determined that loneliness is a significant predictor of alienation.

Result As a result, it was seen that gender, university entrance and class variables do not have any effect on the perceptions of loneliness and alienation within the framework of the sample group. However, it can be said that with the increase in the loneliness of the sample group, their perception of alienation also increased.

Keywords: Alienation, weakness, anomy, isolation, meaninglessness.

SB237

BASKETBOL KLASMAN HAKEMLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN PROBLEM ÇÖZME SÜREÇLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Aygün AKGÜL*, [1]Tonguç Osman MUTLU**

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, MUĞLA

Email : *aygunakgul35@gmail.com, omutlu1907@hotmail.com*

Bu araştırmanın amacı Türkiye'deki Basketbol Klasman Hakemlerinin iletişim becerilerinin problem çözme üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak anket yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2019-2020 sezonunda aktif olarak görev alan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmış 186 basketbol klasman hakemi oluşturmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formu, Korkut Owen ve Bugay (2014) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Ölçeği ile Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Şahin ve ark. (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan Problem Çözme Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin cronbach alpha katsayılarına bakıldığında iletişim becerisi ölçeğinin yüksek derecede güvenilir olduğu (,909) ve problem çözme ölçeğinin ise güvenilir düzeyde olduğu görülmüştür (,746). Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin frekansları alındıktan sonra normallik dağılımlarına bakmak için normallik testi yapılmıştır. Normal dağılım gösterdikleri için parametrik testler uygulanmıştır. Buna göre bağımsız örneklemler t-testi, tek yönlü varyans, korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Araştırmaya katılan basketbol hakemlerinin iletişim becerileri ve problem çözme becerileri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Basketbol hakemlerinin iletişim becerisi ve problem çözme ölçeklerinin tüm alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Hakemlerin iletişim becerileri arttıkça problem çözme becerileri de buna paralel olarak artmaktadır.

Sonuç olarak; araştırmaya katılan basketbol hakemlerinin iletişim becerilerinin problem çözme süreçlerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hakem, Basketbol Hakemliği, İletişim Becerisi, Problem Çözme

Investigation Of The Effect Of Communication Skills Of Basketball Classification Officials On Problem Solving Processes

The aim of this study was to examine the effect on problem-solving and communication skills Ranking Basketball Referees in Turkey. Survey method was used as a data collection tool within the scope of the research. The sample of the study consists of 186 basketball classification referees who actively took part in the 2019-2020 season and participated in the study voluntarily. In the study, the personal information form was developed by the Communication Skills Scale developed by Korkut Owen ve Bugay (2014) and by Heppner and Petersen (1982) and by Şahin et al. The Problem Solving Scale adapted to Turkish by (1993) was used. When looking at the cronbach alpha coefficients of the scales used in the study, it was seen that the communication skills scale was highly reliable (, 909) and the problem solving scale was reliable (, 746). SPSS 22 package program was used to analyze the data obtained from the research. After taking the frequencies of the data, normality test was conducted to look at the distributions of normality. Parametric tests were applied because they show normal distribution. Accordingly, independent samples t-test, one-way variance, correlation and regression analysis were performed. Significant differences were found between the communication skills and problem solving skills of the

basketball referees participating in the study. A statistically significant and positive relationship was found between basketball referees' communication skills and all sub-dimensions of problem solving scales. As the communication skills of the referees increase, their problem solving skills increase in parallel.

As a result; It was concluded that the communication skills of the basketball referees who participated in the study positively affected the problem solving processes.

Keywords: Referee, Basketball Referee, Communication Skill, Problem Solving

SB243

AÇIK ALAN EGZERSİZ PARKLARINDA SPOR YAPANLARIN PROFİLLERİNİN VE SPOR YARALANMALARININ İNCELENMESİ: İSTANBUL ANADOLU YAKASI ÖRNEĞİ

***[1]Serkan Esen*, [1]Tuna Uslu**

[1]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *serkan.esen@fbu.edu.tr, tuna.uslu@fbu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Açık alan egzersiz parkları hem vatandaşların sosyalleşebilmesi hem de fiziksel aktivite için önemli bir altyapıdır. Özellikle yaşlıların sedanter yaşamları düşünüldüğünde sağlığı ve hareketliliği teşvik eden bu parklar oldukça önemli bir görev üstlenmektedir. Ancak egzersiz ekipmanlarının kullanımına ilişkin bazı sorunlar olduğu, ekipmanların talimatlara uygun kullanılmamasının çeşitli sağlık sorunlarına ve yaralanmalara neden olduğu bilinmektedir (Chow ve Wu, 2019). Bu çalışmanın amacı, İstanbul'da açık alan egzersiz parklarında spor yapanların kullanım alışkanlıklarının ve spor yaralanmalarının incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmacılar tarafından oluşturulan envanter İstanbul Anadolu Yakası'nda bulunan parklarda kolayda örneklem yöntemiyle 700'ün üzerinde katılımcıya uygulanmış, 496 anket kabul edilebilir olarak analizlere dahil edilmiştir.

Bulgular ve Sonuç: Açık alan egzersiz parklarında spor yapanların çoğunlukla 35 yaşın altında (%53) ve erkek (%69), lise (%32) veya üniversite (%42) mezunu, %52'si evli ve %48'i tek olan, %55'inin ise çalışmayan vatandaşlardan oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların genellikle düzensiz (%54) veya haftada 2-3 kez (%26) egzersiz için ve çoğunlukla hafta sonları (%68) geldikleri, genellikle yarım saat ile 45 dakika arasında (%71) egzersiz yaptıkları, ancak en az öğleden sonra (%14) gelmeyi tercih ettikleri tespit edilmiştir. Gelmek için parkın boş olduğu zamanın (%58) tercih edildiği, ancak çalışma (%45) ve hava şartlarına (%45) göre saatin ayarlandığı belirtilmiştir. Katılımcıların %38'i aynı gün başka egzersiz yaptıklarını söylemiştir. Parkta spor yapmadan önce %78'inin sağlık kontrolünden geçmediği ve %88'inin egzersiz yaparken bir yaralanma yaşamadığı görülmektedir. Açık alan egzersiz parkını kullanma nedenlerinin başında fiziksel sağlık (%68), kilo kontrolü veya zayıflama (%48), psikolojik sağlık (%35), fit bir görünüşe sahip olmak (%31) gibi nedenler, tercih etmelerindeki önemli kıstaslar ise arkadaş çevresi (%93), spor salonlarının pahalı olması ve hijyenik olmaması (%87), egzersiz yaparken çocukların da parkta oynayabilmesi (%82) ve parkın eve yakın olması (%78) şeklinde sıralanmıştır. Bulgular açısından cinsiyete göre fark olmadığı bulunmuştur. Öncesinde sağlık kontrolünden geçmiş olma, egzersiz öncesi ısınma ve spor kıyafeti kullanma ile egzersiz yaparken yaralanma arasında negatif ilişki bulunmuştur.

Examining The User Profiles And Sports Injuries In Outdoor Exercise Parks: The Case Of Istanbul Anatolian Side

Introduction and Purpose: Although the positive effects of physical activity on humans have been reported in many studies, worldwide surveys show that expected physical activity is not met. As a solution to this problem, local administrations have established outdoor exercise parks in their regions and these parks have attracted the attention of the public. Outdoor exercise parks are an important infrastructure for both citizens' socialization and physical activity. These parks, which promote health and mobility, play a very important role, especially when the

sedentary lives of the elderly are considered. However, it is known that there are some problems with the use of exercise equipment, and that the equipment is not used in accordance with the instructions causes various health problems and injuries (Chow & Wu, 2019). The aim of this study is to examine the usage habits and sports injuries of those who do sports in outdoor exercise parks in Istanbul.

Method: The inventory created by the researchers was applied to more than 700 participants in the parks located on the Anatolian Side of Istanbul with the convenience sampling method, and 496 questionnaires were included in the analysis.

Findings and Conclusion: Those who do sports in outdoor exercise parks are mostly under the age of 35 (53%) and male (69%), high school (32%) or university (42%) graduates, 52% are married and 48% are single. 55% of them are non-working citizens. Participants often came to exercise irregularly (54%) or 2-3 times a week (26%) and mostly on weekends (68%), usually between half an hour and 45 minutes (71%), but it has been determined that they prefer to come at least in the afternoon (% 68) 14). It was stated that the time when the park is empty (58%) is preferred to come, but the time is adjusted according to the working (45%) and weather conditions (45%). 38% of the participants said they did another exercise on the same day. It is seen that 78% of them did not pass a health check before doing sports in the park and 88% of them did not have an injury while exercising. The main reasons for using the outdoor exercise park are physical health (68%), weight control or weight loss (48%), psychological health (35%), having a fit appearance (31%), and the most important criteria for choosing an exercise park are friendship (93%), expensive and unhygienic private gym facilities (87%), children being able to play in the park while exercising (82%), and the park being close to home (78%). It was found that there was no difference according to gender. A negative correlation was found between sports injuries while exercising with previous health checks, using sportswear and warm up before exercise.

SB245

AMATÖR FUTBOL KULÜPLERİNİN VE ALTYAPI ANTRENÖRLERİNİN SORUNLARININ NİTEL OLARAK İNCELENMESİ

[2]Serkan Esen, [1]Levent Yılmaz, [2]Tuna Uslu

[1]İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İSTANBUL
[2]Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi,İSTANBUL

Email : *serkan.esen@fbu.edu.tr, levent_yilmaz1907@hotmail.com, tuna.uslu@fbu.edu.tr*

Giriş: Amatör sporlar, katılımcıların tamamen veya kısmen ücretsiz olarak katıldıkları sporlardır. Amatör ile profesyonel sporcular esasen birbirlerinden antrenman ve müsabaka için harcadıkları zamanın karşılığında ödeme alıp almamaları ile ayrılırlar. Geçtiğimiz yüzyıllarda spor branşlarında amatörlük kültürel ve felsefi bir ideal olarak ele alındığı halde, futbol endüstrisi gibi profesyonel sporların sürekli büyümesi, amatör ve kolej sporlarında parasal mekanizmaların gelişmesiyle bu ideal zayıflamıştır. Günümüzde amatör spor kulüplerinin de din, dil, ırk ve cinsiyet gözetmeksizin futbol aracılığı ile insanları buluşturması, amatör futbol antrenörlerinin ise yetenekli çocukları elit futbola kazandırırken bir yandan da herkesin spor yapmasına da olanak sağlaması beklenmektedir. Ancak özellikle futbolun endüstrileşmesi ile birlikte amatörlük ideali futbolda erozyona uğramıştır.

Amaç: Türkiye'de sporun ve esasen sosyal kalkınmanın altyapısını oluşturan amatör sporların pek çok sorunu olduğu görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, Türkiye'deki amatör spor kulüplerindeki futbol antrenörlerinin sorunlarını tespit etmektir.

Yöntem: Çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmış, alan uzmanları tarafından bir görüşme formu oluşturulmuştur. Görüşme formu eğitim durumunun belirlenmesi dışında 6 açık uçlu sorudan oluşmaktadır. Form amaçlı örneklem yöntemiyle amatör spor kulüplerindeki antrenörlerle paylaşılmış, gönüllülük esasına dayanılarak 24 formun geri dönüşü sağlanmıştır. Analizler uzman üç araştırmacının kodlaması ve temaları oluşturması, üç analizin karşılaştırılarak güvenirliğin sağlanması ile yapılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %4'ü ortaokul, %44'ü lise, %40'ı üniversite ve %4'ü yüksek lisans mezunudur. Antrenörlerin %68'i maddi olarak, %44'ü malzeme, saha, süre ve servis, %28'i kişisel eğitim, %24'ü yönetim yetersizliği ile ilgili sıkıntı yaşadığını belirtmiştir. %72'si resmi ve fiili hiçbir haklarının bulunmadığını ve %56'sı sigortasız çalıştıklarını belirtmiştir.

Sonuç: Görüşmeler neticesinde çıkan temalar incelendiğinde, ülkemizde bulunan amatör spor tesislerinin yetersiz olduğu, kulüplerin maddi destek bulamadıkları, antrenörlerin maaş alamadıkları ve sosyal güvencelerinin olmadığı, yöneticilerin ise ilgisiz olduğu belirtilmiştir. Çocukların spora ve topluma entegrasyonu açısından önemli rol oynayan amatör spor kulüplerinin daha çok çocuğa ulaşması için, futbol faaliyetlerinin futbol sahasında yapılması ve amatör spor kulüplerine kamu desteği verilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Qualitative Examination Of Problems Of Amateur Sports Clubs And Youth Football Coaches

Introduction: Amateur sports are sports in which participants participate completely or partially free of charge. Amateur and professional athletes differ from each other mainly by whether they are paid for the time spent in

training and competition. In most professional sports, professionals hold a higher standard of play than amateur competitors as they can train full time without the stress of having another job. Although amateurism has been considered as a cultural and philosophical ideal in sports branches in the past centuries, this ideal has been weakened by the continuous growth of professional sports such as the football industry and the development of monetary mechanisms in amateur and college sports. Nowadays, it is expected that amateur sports clubs will bring people together through football regardless of religion, language, race and gender, and amateur football coaches are expected to bring talented children to elite football while also enabling everyone to do sports. However, especially with the industrialization of football, the ideal of amateurism has eroded in football.

Objective: Despite the creation of sports infrastructure and social development mainly through amateur sports, the amateur branches in Turkey seems to be problematic. The aim of this study is to determine the problems of football coaches in amateur sports clubs in Turkey.

Method: Qualitative research method was used in the study, and an interview form was created by field expert researchers. The interview form consists of 6 open-ended questions apart from determining the educational status of the coaches. The form was shared with coaches in amateur sports clubs using the sampling method, and 24 forms were returned on a voluntary basis. Analyzes were made by coding and creating themes by three expert researchers, ensuring reliability by comparing three analyzes.

Results: The education status of the participant coaches are 4% secondary school, 44% high school, 40% university and 4% graduate. The coaches stated that 68% of them had financial difficulties, 44% material, field, time and service problems, 28% personal training and 24% lack of management. 72% of them stated that they do not have any official and de facto rights and 56% of them work without insurance.

Conclusion: When the themes emerged as a result of the interviews were examined, it was stated that the amateur sports facilities in our country were insufficient, the clubs could not find financial support, the coaches were not paid and did not have social security, and the managers were insufficient. It was concluded that in order for amateur sports clubs, which play an important role in the integration of children into sports and society, to reach more children, football activities should be carried out on the football field and public support should be given to amateur coaches and sports clubs.

SB246

FUTBOL TARAFTARININ TWİTTER UYGULAMASINDAKİ COVID-19 PAYLAŞIMLARININ NETNOGRAFİK ANALİZİ

***[1]Pelin Gönkek*, [2]Nahit Erdem Köker, [1]Ramazan Timuçin Gençer**

[1]Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR
[2]Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi, İZMİR

***Email :** pelin.gonkek@ege.edu.tr, nahit.koker@ege.edu.tr, timucin.gencer@ege.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Çin'in Wuhan kentinde açıklanamayan bir pneumonia vakası olarak ortaya çıkan Covid-19, (Rajkumar,2020), toplamda şu ana kadar 921,801 kişinin ölümüne yol açan küresel bir salgın olarak adlandırılmaktadır (WHO,2020). Covid-19 nedeniyle spor organizasyonlarının ertelenmesi veya iptal edilmesi spor kulüplerinin ve organizasyonlarının ciddi anlamda gelir kaybına uğramasına yol açmaktadır (Taylor and Conn, 2020). Spor kulüplerinin bu salgın nedeniyle yaşadığı ekonomik sıkıntılarla başa çıkarak varlıklarını sürdürmeleri öncelikli bir duruma gelmektedir. Bu araştırmanın amacı, taraftarların Twitter uygulamasındaki Covid-19 ile ilgili paylaşımlarını analiz etmektir.

Yöntem: Araştırmaya Türkiye Futbol Süper Lig'inin, en çok takip edilen dört büyük futbol kulübü taraftarı dahil edilmiştir. Araştırma yöntemi olarak, nitel araştırma desenlerinden etnografi deseninin sosyal medyaya uyarlanmış hali olan netnografi deseni kullanılmıştır. Bu veri analiz yöntemi sayesinde elde edilen paylaşımlara ilişkin hashtaglere içerik analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Bulgulara ilişkin olarak, Fenerbahçe SK taraftarlarının Covid-19 salgını ile en çok ilgilenen grup olduğu görülürken, en çok hashtag üreten grubun Galatasaray SK taraftarları olduğu görülmektedir. Covid-19 salgınının ilk haftalarında Fenerbahçe SK taraftarları en fazla içerik üretirken, sonraki haftalarda ise Galatasaray SK taraftarlarının daha fazla içerik ürettikleri belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, Covid-19 salgını boyunca taraftarların Twitter'ı tutarsız bir şekilde kullandıkları, ancak buna rağmen taraftarların Covid-19 salgınına ilişkin ortak bir kültürde birleştikleri görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Sosyal Medya, Taraftar, Nitel araştırma, Kültür

Kaynakça:

-Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and Mental Health: A Review of The Existing Literature. Asian Journal of Psychiatry, 102066.

-Taylor,L. and Conn,D. (2020, June11). Premier League Clubs Set For £500m Collective Loss Due To Coronavirus. Retrieved from: https://www.theguardian.com/football/2020/jun/11/premier-league-clubs-set-for-500m-collective-loss-due-to-coronavirus

-World Health Organizastion. (2020, September 14). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Retrieved from - https://covid19.who.int/

Netnographic Analysis Of Covid-19 Shares In The Football Fan's Twitter Application

Introduction and Purpose : Covid-19 (Rajkumar, 2020), which emerged as an unexplained case of pneumonia in Wuhan, China, is called a global epidemic that has killed 921,801 people in total so far (WHO, 2020). Postponing or canceling sports organizations due to Covid-19 causes sports clubs and organizations to lose serious revenue (Taylor and Conn, 2020). It becomes a priority for sports clubs to survive by dealing with the economic difficulties they experience due to this epidemic. The purpose of this research is to analyze fans' tweets about Covid-19 in the Twitter application.

Methods: Most widely followed four Turkish Football Super League teams' fans have investigated in the study. As a research method, the netnography pattern, which is the social media adaptation of the ethnographic pattern, one of the qualitative research designs, was used. Content analysis was applied to the hashtags related to the shares obtained through this data analysis method.

Findings: According to the findings, while Fenerbahçe SK fans were the group most interested in the Covid-19 pandemic, it has seen that the group that generates the most hashtags was Galatasaray SK fans. While Fenerbahçe SK fans produced the most content in the first weeks of the Covid-19 pandemic, it has determined that Galatasaray SK fans generated more content in the following weeks.

Results: As a result, it appears that fans used Twitter inconsistently throughout the Covid-19 pandemic, yet fans were united in a common culture regarding the Covid-19 pandemic.

Keywords: Social Media, Fans, Qualitative research, Culture

References:

-Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and Mental Health: A Review of The Existing Literature. Asian Journal of Psychiatry, 102066.

-Taylor,L. and Conn,D. (2020, June11). Premier League Clubs Set For £500m Collective Loss Due To Coronavirus. Retrieved from: https://www.theguardian.com/football/2020/jun/11/premier-league-clubs-set-for-500m-collective-loss-due-to-coronavirus

-World Health Organizastion. (2020, September 14). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Retrieved from https://covid19.who.int/

SB279

SPOR BİLİMLERİ ALANINDAKİ AKADEMİSYENLERİN ÖZ LİDERLİK DÜZEYLERİNİN POLİTİK BECERİLERİ ILE KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]Cemal ÖZMAN*, [2]Selçuk Bora ÇAVUŞOĞLU**

[1]İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yöneticiliği ABD, İstanbul
[2]İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İSTANBUL

***Email :** cemalozman@gmail.com, boracavusoglu@istanbul.edu.tr*

Bu çalışmada spor bilimleri alanındaki akademisyenlerin öz liderlik düzeylerinin politik beceriler ile karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Türkiye'de kamu ve vakıf üniversitelerinin spor bilimleri alanında çalışan akademisyenleri oluşturmaktadır. Çalışmamıza 251 akademisyen katılmıştır. Anket tekniği ile veriler toplanmış ve analizleri yapılmıştır. Araştırma konusuna yönelik olarak geçerlilik ve güvenilirlik testi yapılan Tabak, Sığrı ve Türköz (2013) 'ün Türkçe 'ye uyarladığı öz liderlik ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Spor Bilimleri alanında akademisyenlerin politik becerilerini belirlemek amacıyla Ferris ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilmiş ve Özdemir ve Gören (2015) tarafından eğitim örgütlerinde Türkçe 'ye uyarlama ile Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış Politik Beceri Envanteri kullanılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda ölçeklerin çalışmada kullanmak için güvenli birer veri toplama aracı olacağı görülmüştür. Verilerin analizi için SPSS programı kullanılmıştır. Veriler, aritmetik ortalama, standart sapma, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Korelasyon ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. Öz liderlik ve politik beceri ölçeklerine açımlayıcı faktör analizi kullanılmış olup, öz liderlik ölçeği 8 alt boyuta, politik beceri ölçeği 4 alt boyuta ayrılmıştır. Öz liderlik ve politik beceri ölçeğinin alt boyutlarına Kolmogorov-smirnov ve Shapiro Wilk normallik testleri yapılmıştır. Ölçeklerin alt boyutlarının dağılımları normal dağılıma uymadığından ortalamaların karşılaştırılması amacıyla non-parametrik testlerden yararlanılmıştır. İkili ortalamaların karşılaştırmalarından Man-whitney-u, ikiden fazla ortalamaların karşılaştırılmasında Kruksall Wallis testleri uygulanmıştır. Korelasyon analizinde parametrik olmayan durumlarda kullanılan non-parametrik Spearmann sıra korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Öz liderlik boyutunun sosyal zekâ alt boyutu ile aynı yönlü ve yüksek bir ilişki içinde olduğu; politik beceri boyutunun ise kişi-etki alt boyutu ile en yüksek aynı yönlü ilişkiye sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Faktör analizi sonucu öz liderlik ölçeği için 8 alt boyut elde edilmiş Croanbah Alpha değerleri %50 nin altında kaldığı için düşünme odaklanma ve kendi gözleme çalışmadan çıkartılmıştır. Politik beceri ve öz liderlik ölçekleri arasında aynı yönlü %43 orta düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öz liderlik, Spor Bilimleri, Politik Beceri

The Comparision Of Self-Leadership Levels Of Sports Sciences Academics With Their Political Skills

This study aims to compare the self-leadership levels of academics in the field of Sports Sciences with their political skills level. The research samples include the academics working in the field of Sports Sciences in public and private universities in Turkey. There are 251 academics participating in this study. The data has been collected and analyzed using the survey technique. Regarding the research topic, the self-leadership scale is been used as a data collection tool to measure validity and reliability tests of Tabak, Sığrı and Türköz (2013) adapted to Turkish. In orderto determine the political skills of academics in the field of Sport Sciences, Ferris et al. (2005) tried to develop it and Özdemir and Gören (2015) used Political Skills Inventory which was adapted to

Turkish in educational organizations that also made the validity and reliability studies of the Turkish form. As a result of the reliability analysis, it is observed that the scales are reliable data collection tools in this study. SPSS program was used for data analysis. The data were analyzed using arithmetic mean, standard deviation, one-way analysis of variance (ANOVA), correlation and multiple linear regression analysis. Exploratory factor analysis was used on self- leadership and political skill scales, the self-leadership scale is divided into 8 sub-dimensions and the political skill scale into 4 sub- dimensions. Kolmogorov-Smirnov and Shapiro Wilk normality tests were applied to the sub-dimensions of the self-leadership and political skill scale. Since the distributions of the sub-dimensions of the scales did not conform to the normal distribution, non-parametric tests were used to compare the means. Man-whitney-u tests were used for comparisons of two means and Kruksall Wallis tests were used to compare more than two means. In correlation analysis, when there is no parametric cases, non-parametric Spearmann rank correlation coefficient was used.

SB306

FARKLI SPOR BRANŞLARINDA GÖREV YAPAN ANTRENÖRLERİN ALGILANAN LİDERLİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

[2]Tonguç Osman MUTLU, [1]Asil ÇETİNKAYA, [3]Halil Evren ŞENTÜRK, [4]Halil Erdem AKOĞLU, [5]Ali AĞILÖNÜ

[1]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla.
[2]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Muğla.
[3]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı,Muğla.
[4]Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Ankara.
[5]Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla.

Email : *omutlu1907@hotmail.com, asilfener09@gmail.com, halilevrensenturk@gmail.com, erdemakoglu@hotmail.com, alichom@gmail.com*

Araştırmanın amacı farklı spor branşlarında faaliyet gösteren sporcuların antrenörleri ile ilgili algılamış oldukları liderlik davranışlarının incelenmesi olarak belirlenmiştir.

Araştırmada anket tekniği kullanılmıştır. Araştırma'nın evrenini; Muğla ilinde bulunan ve farklı spor branşlarında faaliyet gösteren lisanslı sporcular oluştururken, örneklemini ise; Muğla'nın Menteşe ilçesindeki basketbol, futbol, voleybol, atletizm, yüzme, hentbol, tenis ve badminton branşlarında aktif bir şekilde faaliyet gösteren 200 sporcu oluşturmuştur. Araştırma verileri Chelladural ve Saleh (1980) in geliştirdikleri Spor İçin Liderlik Ölçeği (SLÖ) formunun Tiryaki (2000) tarafından uyarlanan liderlik formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma verilerine yapılan güvenirlik analizi neticesinde Cronbach's Alpha katsayısı (α) ,933 bulunmuş ve Büyüköztürk'e (2011) göre ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Araştırma verilerine yapılan normallik testi sonucuna göre normal dağılım gösterdiği için parametrik testler uygulanmıştır. Araştırma verilerinin frekansı alındıktan sonra t-test ve korelasyon analizi yapılmıştır.

Cinsiyet değişkeni ile ölçek alt boyutları arasında yapılan t-test analizi sonucuna göre ölçek alt boyutları arasında yer alan; eğitim ve öğretim davranışı, demokratik davranış ve otoriter davranışı alt boyutlarında kadınların erkeklere göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Takım ve bireysel sporda bulunan sporcular ile ölçek alt boyutları arasında yapılan t-test analizinin sonucuna göre ise, eğitim ve öğretim davranışı ve pozitif geribildirim davranışı alt boyutlarında bireysel sporla uğraşan sporcuların takım sporuyla uğraşan sporculara göre anlamlı farklılaşmıştır. Futbol ve diğer spor branşları ile ölçek alt boyutları arasında yapılan t-test analizine göre eğitim ve öğretim davranışı, demokratik davranış, otoriter davranış, sosyal destek, pozitif geribildirim alt boyutlarının tümünde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin yaşları ile ölçekte bulunan alt boyutlar arasında yapılan korelasyon analizine göre demokratik davranış ve pozitif geri bildirim ile pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Sonuç olarak takım sporları antrenörlerinin bireysel spor antrenörlerine göre liderlik unsurunu daha belirgin kullandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Antrenör, Liderlik, Liderlik Tarzı, Müsabaka, Sporcu.

INVESTIGATION OF THE PERCEIVED LEADERSHIP CHARACTERISTICS OF COACHES WORKING IN DIFFERENT SPORTS BRANCHES

The aim of the study is to examine the leadership behaviors perceived by athletes operating in different sports branches about their trainers.

Questionnaire technique was used in the research. The universe of the research; While the licensed athletes who are located in Muğla province and operate in different sports branches, the sample is; It has formed 200 athletes actively operating in the branches of basketball, football, volleyball, athletics, swimming, handball, tennis and badminton in Menteşe district of Muğla. Research data Chelladural and Saleh (1980) The Leadership Scale for Sports (SLI) form they developed was collected using the leadership form adapted by Tiryaki (2000). As a result of the reliability analysis of the research data, the Cronbach's Alpha coefficient (α) was found to be 933, and according to Büyüköztürk (2011), the scale was found to be highly reliable. Parametric tests were applied as it showed a normal distribution according to the results of the normality test made on the research data. After obtaining the frequency of the research data, t-test and correlation analysis were performed.

According to the results of the t-test analysis conducted between the gender variable and the sub-dimensions of the scale; In the sub- dimensions of education and training behavior, democratic behavior and authoritarian behavior, a significant difference was found for women compared to men. According to the results of the t-test analysis performed between the athletes in team and individual sports and the sub-dimensions of the scale, the training and education behavior and positive feedback behavior of the athletes engaged in individual sports differed significantly from the athletes engaged in team sports in the sub-dimensions. According to the t-test analysis performed between football and other sports branches and scale sub-dimensions, a significant difference was found in all sub-dimensions of education and training behavior, democratic behavior, authoritarian behavior, social support, and positive feedback. According to the correlation analysis between the ages of the individuals participating in the study and the sub-dimensions in the scale, there is a positive and significant relationship with democratic behavior and positive feedback.

As a result, it was concluded that team sports trainers use the leadership element more clearly than individual sports trainers.

Keywords: Coach, Leadership, Leadership Style, Competition, Athlete.

SB331

"FARKIN KADAR FARKEDİLİRSİN" İKONİK GOL SEVİNCİ YAPAN FUTBOLCULARIN TARAFTARLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

***[1]Bihter UZEL*, [2]Yusuf Dinar İŞGÖREN, [3]Metin ARGAN**

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
[2]Eskişehir Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
[3]Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** bihteruzel@gmail.com, yusufisgoren.94@hotmail.com, margan@eskisehir.edu.tr*

Sporun tüm dallarında oyuncuların gerçekleştirdiği çeşitli ritüeller ve davranışlar bulunmaktadır. Reklamlardan filmlere, müsabakalardan ibadete kadar uzanan sosyokültürel eylemlerin bir yelpazesi içerisinde insan yaşamına doğrudan ya da dolaylı olarak etkilerde bulunabilen bu ritüeller, sosyokültürel eylemler çerçevesinde anlamlı hale gelebilmektedir. Birçok ulusal ve uluslararası organizasyonlarda zaman zaman eğlenceli görüntülere yol açan bu davranışların birçok örneği bulunmaktadır. Futbola dair ikonik gol sevinçleri de bunlardan birisidir. Futbolda yapılan bu ikonik gol sevinçlerinin taraftarlar üzerinde çeşitli etkilerinin olduğu düşünülmektedir. Bu konudaki araştırmalar uluslararası literatürde az olup ülkemizde ise yok denecek kadar azdır. Literatürdeki bu boşluktan yola çıkılarak gerçekleştirilen mevcut çalışmanın amacı; ''İkonik gol sevinçlerinin futbol izleyicileri üzerindeki etkisinin incelenmesi'' olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda futbol izleyicilerinin ikonik gol sevinçlerine dikkati bazı değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırmada nitel yaklaşım kullanılarak verilerin toplanması amacıyla yarı yapılandırılmış bir görüşme formu hazırlanmış ve katılımcılar ile ortalama 10 dakika süren bire bir görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler 2019-2020 sezonu içerisindeki ikonik gol sevinci temelinde en az ücretli bir spor kanalına abone olan 30 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Covid-19 Pandemi sürecinde yüz yüze gerçekleştirilen görüşmelerde sosyal mesafe ve maske kuralına uyulmuş, katılımcıların sorulara rahat cevap verebilmeleri için uygun ortam sağlanmıştır. Verilerin analizinde tematik analiz yönteminden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda; katılımcıların %96,6'sının gol sevinçlerine dikkat ettiği ortaya konulmuştur. Bu gol sevinçlerini ilginç kılan faktörlere katılımcılar; %50 oranında ''farklılık'', %16,5 oranında ''görsel şölen oluşturması'', %9,9 golün ''önemi'', %6,6 ''oyuncunun kimliği'', %6,6 ''sevincin nedeni'', %6,6 ''istikrarı'' ve son olarak %3,3 ''hırsı'' cevabını vermişlerdir. Bu bulgulara ek olarak ''oyuncunun oynadığı takımın gol sevincinin hatırlanmasına etkisi'' parametresine katılımcıların %53'ü ''yok'' %47'si ''var'' cevabını vermiştir. ''Tutulan takım - rakip takım etkisi'' parametresine %56,6 ''var'' %43,3 yok cevabı alınmıştır. Son olarak ''gol sevinçlerinin taraftarlık davranışı üzerine etkisi'' parametresine katılımcıların %80'i ''var'', %20'si ''yok''cevabı vermiştir. Bu bulgular yayıncı ve spor yöneticilerin taraftarlara yönelik stratejiler geliştirmesinde katkı sağlayıcı olabilecektir.

Anahtar Kelimeler: İkonik, Gol.

" You Are Noticed As Much As The Difference " An Investigation Of The Effect Of The Iconic Football Players On The Fans

There are various rituals and behaviors performed by the players in all branches of sports. These rituals, which can have direct or indirect effects on human life within a range of sociocultural activities ranging from commercials to movies, from competitions to worship, can become meaningful within the framework of sociocultural actions. In many national and international organizations, there are many examples of these behaviors that sometimes lead to funny images. Iconic goal celebrations in soccer are one of them. These iconic

goals in football are thought to have various effects on the fans. Studies on this subject are few in the international literature, and in our country, almost none. Based on this gap in the literature, the aim of the present study is; It has been designated as "Examining the effect of iconic goal joys on football audiences". In this direction, the attention of football viewers to iconic goal joys was analyzed according to some variables. A semi-structured interview form was prepared in order to collect data using a qualitative approach in the study, and one-to-one interviews with the participants lasted an average of 10 minutes. The interviews were conducted with 30 participants who subscribed to at least one paid sports channel, based on the iconic goal joy in the 2019-2020 season. In the face-to-face interviews during the Covid-19 Pandemic process, the social distance and mask rule was followed, and a suitable environment was provided for the participants to answer questions comfortably. Thematic analysis method was used to analyze the data. In line with the findings of the research; It has been revealed that 96.6% of the participants pay attention to the joy of goals. The factors that make these joys of goals interesting are the participants; 50% "difference", 16.5% "visual feast", 9.9% "importance" of goal, 6.6% "player's identity", 6.6% " “reason for joy”, 6,6% “stability” and lastly 3,3% “ambition”. In addition to these findings, 53% of the participants gave the answer "" no "" 47% "" has "to the parameter" The effect of the player to remember the joy of the goal of the team played ". For the parameter "Retained team - opponent team effect", 56.6% answer "there is" 43.3% no. Finally, to the parameter "effect of goal joys on fan behavior", 80% of the participants answered "there is", 20% said "no". These findings may contribute to broadcasters and sports managers in developing strategies for fans.

Keywords : İconic, Goal

SB333

SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ VE KAMU YÖNETİMİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN ÖZ-LİDERLİK DAVRANIŞLARININ KARŞILAŞTIRILMASI: NİĞDE ÖMER HALİSDEMİR ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

[1]Fatih Dinç, [1]Ahmet Erdi Avanoğlu

[1]Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Email : *fatihdinc33@gmail.com, e.avanoglu@gmail.com*

Öz liderlik, karşılaşılan güçlüklerin üstesinden gelebilme adına, kişinin kendini motive etmesi şeklinde değerlendirilebilir. Bu motivasyon kaynaklı bir öz etkileşim sürecine girerek davranışlarında meydana getirdiği değişimi kapsadığı söylenebilir. Bu araştırmanın amacı, spor yöneticiliği bölümü ve kamu yönetimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin öz liderlik davranışlarını belirlemektir. Çalışmanın, evreni Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, örneklemi ise 2019-2020 öğretim yılında spor yöneticiliği ve kamu yönetimi bölümlerinde eğitimini sürdüren random yöntemi ile seçilmiş toplamda 300 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Anderson ve Prussia, (1997) tarafından geliştirilmiş, Fidan (2018) tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmış, Yenilenmiş öz-liderlik ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde demografik verilerin tanımlayıcı istatistikleri yapılmış ikili karşılaştırmalarda T-testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; bölümler arasında yapılan istatiksel analizler sonucunda kamu yönetimi lehine anlamlı farklılık tespit edilemezken spor yöneticiliği lehine başarılı performans hayali ve öz konuşma alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Cinsiyete göre bölümler arasında yapılan istatiksel analizler sonucunda kadınlarda anlamlı farklılık tespit edilemezken, erkeklerde spor yöneticiliği bölümü lehine başarılı performans hayali, öz konuşma ve yapıcı düşünce stratejilerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bölümler arasında sınıf düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığın 1. sınıflarda spor yöneticiliği lehine olduğu ve sadece başarılı performans hayali alt boyunda olduğu görülmektedir. Sonuç olarak; yapılan bu çalışma da kamu yönetimi lehine anlamlı bir farklılık bulunmazken bazı alt boyutlarda spor yöneticiliği bölümü lehine anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır. Bu noktada spor yöneticilerin sporla iç içe olan bireyler olması oluşan bu farklılığın nedeni olarak gösterilebilir.

Anahtar Kelimeler: Öz liderlik, Spor yöneticiliği, Kamu yönetimi

Example Of Niğde Ömer Halisdemir University Comparison Of Sports Management And Public Administration Students' Self-Leadership Behaviors

Self-leadership can be considered as self-motivation in order to overcome the difficulties encountered. It can be said that this motivation- based self-interaction process includes the change it causes in his behavior. The aim of this study is to determine the self-leadership behaviors of students studying in sports management and public administration. The population of the study is Niğde Ömer Halisdemir University, and the sample consists of a total of 300 randomly selected students who continue their education in sports management and public administration departments in the 2019-2020 academic year. As a data collection tool, a personal information form was developed by Anderson and Prussia, (1997), and validity and reliability analyzes were made by Fidan (2018), adapted to Turkish, and a revised self- leadership scale was used. In analyzing the data, descriptive statistics of demographic data were made and T-test was used in paired comparisons. According to the findings obtained; As a result of the statistical analysis made between departments, no significant difference was found in

favor of public administration, but a significant difference was found in the sub-dimensions of successful performance imagination and self-talk in favor of sports management. As a result of the statistical analysis made between the departments according to gender, no significant difference was found in women, while a significant difference was found in the successful performance imagination, self-speaking and constructive thinking strategies in favor of the sports management department in men. There was a significant difference at grade level between departments. It is seen that this significant difference is in favor of sports management in the 1st grade and only in the lower height of the dream of successful performance. As a result; While there is no significant difference in favor of the public administration in this study, significant differences were found in favor of the sports management department in some sub-dimensions. At this point, the fact that sports managers are individuals who are intertwined with sports can be shown as the reason for this difference.

Keywords: Self-leadership, Sports management, Public administration

SB334

SPOR ORGANİZASYONLARINDA ALGILANAN ÖNEM VE ORGANİZASYONLARDAKİ TÜKETİM NEDENLERİNİN BELİRLENMESİ

[1]Abdussamet ARSLAN, ***[1]Gözde ALGÜN DOĞU***

[1]Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

Email : *sametarslan94@hotmail.com, sametarslan94@hotmail.com, gdogu@ybu.edu.tr*

Giriş ve Amaç: Spor organizasyonları; spor yarışmaları ile sportif amaca yönelik düzenlenen her türlü spor faaliyetlerinin en iyi şekilde düzenlenip sonuçlandırılması için belli bir program dahilinde yapılan çalışmalardır (1). Spor organizasyonlarının başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmesi adına katılımcıların önem verdiği kriterleri belirlemek ve tüketim sebeplerini belirleyebilmenin önem arz ettiği düşünülmektedir. 'Algılanan önem' kavramı Chen ve Petrick (2016)'e göre 'bir nesne veya soyut kavrama duyulan öznel his, gösterilen ilgi ve atfedilen değerdir (2). Tüketim ise Odabaşı (1999) tarafından belirli bir ihtiyacın tatmin edilmesi için bir ürünü ya da hizmeti edinme, kullanma olarak tanımlanmıştır (3).

Bu çalışmanın amacı, spor organizasyonlarına katılım gösteren bireylerin algılanan önemlerini ve organizasyonlardaki tüketim nedenlerini alt boyutları ile birlikte incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Yöntem: Araştırmada, kendi branşında düzenlenen spor organizasyonlarına katılan 394 katılımcıya Algılanan Önem Ölçeği ve Spor Organizasyonları Tüketim Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde istatistiki yöntem olarak frekans, yüzde dağılımı, T-testi, Anova testi, post-hoc Tukey testi ve korelasyon (Pearson) testi uygulanmıştır.

Bulgular: Bu araştırmanın bulguları sonucunda; bireylerin organizasyonlarda bağımsız hareket etme eğilimleri, bekledikleri hizmet kalitesi ve organizasyonlardan çıkış potansiyelleri ile algılanan önem düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kadınların organizasyonlara katılım eğilimlerinin daha fazla olduğu, yaş arttıkça beklenen hizmet kalitesinin arttığı, ferdi sporla ilgilenenlerin iletişime daha açık olduğu, yöneticilerin organizasyonlarda daha çok gönüllü işler yaptığı ve bekledikleri hizmet kalitesinin daha yüksek olduğu, yöneticilerin hoşnut olmamaları halinde organizasyondan çıkış eğiliminde oldukları, öğrenim düzeyi yükseldikçe konum ve seyahat stilinin daha önemli görüldüğü ve organizasyon dışındaki etkinliklere daha fazla katılım eğilimi gösterdikleri, öğrenim düzeyi yükseldikçe beklenilen hizmet kalitesinin artış gösterdiği ve hoşnut olunmaması halinde çıkış eğiliminde olunduğu, milli görev almayan sporcuların seyahat stilini önemsediği ve daha çok çıkış eğiliminde oldukları yönünde anlamlı olarak farklılık tespit edilmiştir.

Sonuç: Spor organizasyonlarında katılımcıların değer verdiği kriterlerin organizasyonlara katılım düzeylerini ve spor tüketimlerini etkilediği gözlemlenmiştir.

Determination Of Perceived Importance And Reasons Of Consumption In Sports Organizations

Introduction and purpose: Sports organizations; is the work carried out within a certain program to organize and finalize sports competitions and all kinds of sports activities organized for sportive purposes in the best way. (1) It is important to determine the important points for participants and reasons of consumption, to organize sport organizations successfully. According to Chen and Petrick (2016), definition of 'perceived importance' is' subjective feeling of an object or abstract notion, interest shown and attributed value (2). Consumption is defined

by Odabaşı (1999) as acquiring, owning, using or destroying a product or service in order to satisfy a certain need (3).

The purpose of this study is to examine the perceived importance of individuals participating in sports organizations and the reasons for consumption in organizations together with their sub-dimensions and to determine the relationship between them. Method: In the research, Perceived Importance Scale and Sports Organizations Consumption Scale were applied to 394 participants who participated to sports organizations. Frequency, percentage distribution, t-test, anova, post-hoc tukey and correlation (pearson) test were used as statistical methods in the analysis of the data.

Results: As a result of the findings in this research; it has been determined that there is a significant relationship between the individuals participating in sports organizations, their tendency to act independently in organizations, the quality of service they expect, and their potential exit from organizations and their perceived importance levels. Comparing to men's, women's who participating to the research tend to participate much more organizations. Expected quality of service increases as the age increases, the individuals who make individual sports branches are more open to communication, the managers and administrators do more volunteer work in the organizations and the quality of service they expect is higher.

SB385

SPOR BİLİMLERİ İLE DİĞER FAKÜLTELERDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE HEDEF BAĞLILIK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

***[1]İlker Günel*, [1]Mihriay Musa, [1]Abdurrahman Kepoğlu, [1]Hasan Hüseyin Çulha, [1]Ahmet Aslanlar, [1]Emre Yıldız**

[1]Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** ilker.gunel@usak.edu.tr, mihriay.musa@usak.edu.tr, abdurrahman.kepoglu@usak.edu.tr, culha6140@gmail.com, Ahmetaslanlar10@gmail.com, yildizemree95@gmail.com*

Bu çalışmada spor bilimleri ile diğer fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik sağlamlık ve hedef bağlılık düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırma nicel araştırma desenlerinden ilişkisel tarama desenine göre yürütülmüştür. Araştırmanın evreni Uşak Üniversitesinin spor bilimleri fakültesi ve diğer fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Olasılıklı olmayan örneklem yöntemlerinde kolayda örneklem yönteminin kullanıldığı çalışmanın örneklemi ise 304 öğrenciden oluşmaktadır. Veriler Liebenberg, Ungar ve Leblanc (2013) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlama çalışması Arslan (2015) yapılan çocuk ve genç psikolojik sağlamlık ölçeği ve Klein et al., (2001) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlama çalışması Yıldız ve Şenel (2016) tarafından yapılan hedef bağlılık ölçekleri kullanılarak toplanmıştır. Araştırma da kullanılan veriler normal dağılıma uygun olduğu için parametrik testlerden bağımsız t-testi ve one way anova testleri ile verilerin analizleri yapılmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin hedef bağlılık ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet, aile gelir düzeyi ve baba gelir durumu değişkenleri ile arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bununla beraber, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile öğrenim gördükleri fakülteler, psikolojik destek alıp almama durumu ve anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Anne eğitim düzeyi ile öğrencilerin hedef bağlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Anne eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin hedeflerine bağlılık düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir. Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören ve sporu aktif bir şekilde yaşam tarzı haline getiren öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, diğer fakültelerde öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca genel olarak incelendiğinde öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu hedef bağlılık düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir

Anahtar Kelimeler: Spor, Psikolojik Destek, Stres, Eğitim

Comparison Of Psychological Resilience And Target Commitment Levels Of Students Studying In Sports Sciences And Other Faculties

In this study, it was aimed to compare the psychological resilience and target commitment levels of students studying in sports sciences and other faculties. The research was conducted according to the relational scanning pattern, one of the quantitative research designs. The universe of the research consists of students studying at the faculty of sports sciences and other faculties of Uşak University. The sample of the study, in which the convenience sampling method was used in non-probabilistic sampling methods, consisted of 304 students. Data were collected using the Developed by Liebenberg, Ungar and Leblanc (2013), adaptation study to Turkish was conducted by Arslan (2015) child and youth psychological resilience scale and Klein et al. (2001) and adaptation study to Turkish by Yıldız and Şenel (2016). target commitment scales. Since the data used in the research was suitable for normal distribution, the analysis of the data was carried out by t- test and one-way anova tests

independent of parametric tests. As a result, no significant difference was found between the students' target commitment and psychological resilience levels with the variables of gender, family income level and father income. However, a significant difference was determined between the psychological resilience levels of the students and the faculties they studied, whether they received psychological support or not, and the education level of the mother. A significant difference was found between the mother's education level and the students' target commitment levels. It was found that as the mother's education level increased, the level of commitment to the goals of the students also increased. It has been determined that the psychological resilience levels of the students who study at the faculty of sports sciences and who make sports actively as a lifestyle are higher than the students who study at other faculties. In addition, when examined in general, it was determined that the psychological resilience level of the students was high and the level of target commitment was medium.

Keywords: Sports, Psychological Support, Stress, Education

SB405

FUTBOL HAKEMLERİNİN ALGILADIKLARI STRES KAYNAKLARI Ve YAŞAM YÖNELİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

[2]Yeliz Eratlı Şirin, [1]Günseli ÖZ, [1]Gamza Karaşoğlu

[1]Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana
[2]Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Adana

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, futbol hakemlerinin futbol maçları sırasında algıladıkları stres kaynaklarını demografik özelliklere göre incelemek ve stres kaynakları ile yaşam yönelimleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem: Çalışmanın amacı doğrultusunda katılımcılara yönelik hazırlanan demografik soruların yanında, hakemlerin stres kaynaklarını belirleyebilmek için Koca ve Yıldız (2018) tarafından geliştirilen "Futbol Hakemlerini Strese İten Faktörler Ölçeği" ile yaşam yönelimlerini belirlemek için Aydın ve Tezer (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Yaşam Yönelimi Testi" uygulanmıştır. Çalışmanın örneklemini 155 futbol hakemi oluşturmaktadır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik yöntemleri, t-testi ve Anova analizi ve değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonucunda futbol hakemlerinin medeni durum ve hakemlikten önce futbol oynama değişkeni ile yaşam yönelimi boyutlarında kötümserlik altboyutu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Aynı zamanda hakemlikten önce futbol oynama değişkeni ile stres kaynakları altboyutlarından dış faktörler ve kişisel faktörler arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Futbol hakemlerini strese iten faktörler ile yaş ve klasmanları arasında da anlamlı farklılık bulunmuştur. Futbol hakemlerinin algıladıkları stres kaynakları ve yaşam yönelimleri arasındaki ilişki incelendiğinde aralarında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç: Araştırma sonucunda futbol hakemlerinin algıladıkları stres faktörleri ile yaşam yönelimleri arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu; bekar olan ve hakemlikten önce futbol oynamayan hakemlerin kötümserlik yönelimlerinin daha yüksek olduğu ve hakemlerin görev yaptıkları klasman yükseldikçe stres kaynaklarının arttığı ve yaşam yönelimlerinin azaldığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Hakem, Stres Faktörleri, Yaşam Yönelimi.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE STRESS SOURCES PERCEIVED BY FOOTBALL REFERENCES AND LIFE ORIENTATIONS

Intrduction and Purpose: The aim of this study is to examine the stress sources perceived by soccer referees during football matches according to demographic characteristics and to determine the relationship between stress sources and life orientations.

Method: In addition to the demographic questions prepared for the participants in line with the purpose of the study, in order to determine the stress sources of referees, the "Factors That Put Football Referees to Stress" scale, developed by Koca and Yıldız (2018) and "Life Orientation Test" adapted into Turkish by Aydın and Tezer (1991) after making validity and reliability has been applied. The sample of the study consists of 155 football

referees. In the analysis of the data, descriptive statistical methods, T-test, Anova, and correlation analysis to determine the relationship between variables.

Findings: As a result of the research, a significant difference was found between the marital status of soccer referees and the variable of playing football before refereeing, and the pessimism of life orientation. At the same time, a significant difference was between the variable of playing football before refereeing and external and personal factors from stress sources sub-dimensions. A significant difference was found between the factors that push football referees to stress, age and classification. When the relationship between the perceived stress sources and life orientations of football referees was examined, it was concluded that there was a significant negative relationship between them.

Results: As a result of the research, it was found that there is a low level relationship between the stress factors perceived by football referees and their life orientation; It was found that the pessimistic orientation of the referees who were single and did not play football before refereeing was higher, and as the classification of the referees increased, their stress sources increased and their life orientation decreased

Keywords: Football, Referee, Stress Factors, Life Orientation.

SB416

YÜKSEKÖĞRETİM DÜZEYİNDE SPOR BİLİMLERİ EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERİN COVID-19 KORKU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

[1]Arif Yüce

[1]Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir

Giriş: 2019 yılı sonlarında ortaya çıkan ve kısa sürede bir salgın olarak küresel tehdit haline dönüşen koronavirüs (COVID-19) tüm ülkelerde olduğu gibi Türkiye'yi de oldukça olumsuz etkilemiştir. Birçok ülke COVID-19'un yayılmasına engel olmak, bulaşmayı yavaşlatmak ve sağlık sistemleri üzerindeki yükü hafifletme amacıyla fiziksel uzaklaştırma politikalarının bir parçası olarak çeşitli düzeylerde okulları kapatma kararı almıştır. Bu kapsamda Nisan 2020 tarihi itibari ile 188 ülkede okullar askıya alınmış, böylece tüm dünyada kayıtlı öğrencilerin %90'ından fazlasının eğitimi sekteye uğramak zorunda kalmıştır. Bu durum yalnızca öğrencilerin eğitim-öğretimlerinin kesintiye uğraması ile sınırlı kalmamış aynı zamanda salgının geldiği boyut öğrencilere psikolojik bir baskı unsuru oluşturarak öğrenciler arasında korku, endişe ve kaygıya da yol açmıştır. COVID-19'a yönelik yapılan ilk çalışmalar hastalığın kontrolü-tedavisi ile birlikte toplumsal olarak psikolojik-sosyolojik etkilere yoğunlaşmıştır. Ancak bu salgının öğrenciler üzerindeki etkilerine yönelik gerçekleştirilen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Amaç: Bazı çalışmalar COVID-19 nedeni ile bireylerin ruh sağlıklarında ciddi düzeyde bir krizin muhtemel olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda COVID-19'un toplumsal düzeyde meydana getirdiği etkiler ile birlikte üniversite öğrencilerinin ilgili dönem içerisinde yaşadığı korku düzeylerinin bilinmesi eğitim açısından önemli konulardan biridir. Aynı doğrultuda diğer alanlara göre görece daha aktif olan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bu salgından nasıl etkilendiğinin bilinmesi de gelecekte yükseköğretim düzeyinde spor bilimleri eğitimine yönelik gerçekleştirilecek plan ve stratejilere ipucu sunabilmek adına önemli görülmektedir. Tüm bu bilgiler doğrultusunda bu araştırmanın amacı, yükseköğretim düzeyinde spor bilimleri eğitimi alan öğrencilerin COVID-19 salgınına yönelik korku düzeylerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada veri toplama aracı olarak Ahorsu ve ark (2020) tarafından geliştirilen "COVID-19 Korku Ölçeği" kullanılmıştır. Veri toplama aşamasından önce ölçek Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik-güvenirliği sağlanmıştır. Araştırma örneklemini Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 353 öğrenci oluşturmuştur.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda öğrencilerin korku düzeylerinin yoğun olarak (%66, n=233), 7-20 puan arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre spor bilimleri öğrencilerinin COVID-19 korku düzeylerinin düşük ile orta seviyede olduğu ifade edilebilir.

A Study On Levels Of COVID-19 Fear Of Sports Sciences Students At Higher Education Level

Introduction: The novel Coronavirus (COVID-19), which emerged in late 2019 and rapidly turned into a global threat as a pandemic has negatively affected Turkey as it has affected all the countries. Many countries have decided to close schools of various levels as part of their social distancing policies in order to prevent the spread of COVID-19, slow down transmission and ease the burden on health systems. Accordingly, as of April 2020,

schools have been suspended in 188 countries, thus the education of more than 90% of the registered students all over the world had to be interrupted. This was not only limited to the interruption of students' education, but also the size of the pandemic formed a psychological pressure element on students, causing fear, disturbance and anxiety among students. The initial studies on COVID-19 focused on the psychological-sociological effects on societies together with the control-treatment of the disease. However, it is seen that the studies conducted on the effects of this pandemic on students are limited.

Purpose: Some studies indicate that a serious crisis is likely in the mental health of individuals due to COVID-19. Therefore, it is one of the important subjects in terms of education to know the effects of COVID-19 at the social level as well as the levels of fear experienced by university students during the relevant period. In line with this, knowing how students of sports sciences faculty, which is relatively more active than other fields, were affected by this epidemic, is considered important to provide clues to future plans and strategies to be carried out for sports science education at higher education level. According to all this information, the purpose of this study is to examine the fear levels of students, who are having sports science education at the higher education level, against the COVID-19 pandemic.

Method: "The Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S)" developed by Ahorsu et al (2020) was used as a data collection tool in the study. Before the data collection phase, the scale was adapted to Turkish and its validity-reliability was ensured. The research sample consisted of 353 students studying at Eskişehir Technical University Faculty of Sport Sciences.

Findings and Results: As the result of the study, it was determined that the fear levels of the students were intensively (66%, n = 233) between 7-20 points. Accordingly, it can be stated that the COVID-19 fear levels of the sports sciences students are low to medium.

SB454

TÜRKİYE'DE 2011-2020 YILLARI ARASINDAKİ KADIN SPORCU SAYILARININ İNCELENMESİ

[1]LALE ORTA

[1]İstanbul Okan Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Fakültesi, İSTANBUL

Giriş ve Amaç: Lisanslı sporcuların % 68,6'sı erkek, % 31,4'ü kadındır. Futbol, Güreş, Bilardo, E-spor ve Otomobil Sporları ise kadın sporcu oranının en düşük olduğu spor dallarıdır. Çalışmamızın amacı; spor federasyonlarındaki lisanslı kadın sporcu sayılarından yola çıkarak değerlendirme yapmaktır.

Yöntem: Çalışmamızda, 2011-2020 yılları arasındaki lisanslı kadın sporcuların sayıları dikkate alınarak değerlendirme yapılmıştır. Araştırmada betimsel bir analiz yapılmış olup, elde edilen veriler istatistiksel yöntemlerle hesaplanmış ve yorumlanmıştır.

Bulgular: 2011 yılında sporcusu sayısı açısından kadın basketbolcular 6'ncı sıradayken, günümüzde 9'uncu sıraya gerilemiştir. 2016 yılından itibaren Satranç, Voleybol, Taekwondo, Atletizm, Halk Oyunları, Yüzme ve Karate en çok kadın sporcuya sahip olan ilk yedi federasyondur. 2011 yılında Voleybol lisanslı kadın sporcu sayısında ilk sırada yer alırken, günümüzde 1'inci sırada Satranç tercih edilmektedir. Voleybol 1'inci sıradan 2'nci sıraya, basketbol 6'ncı sıradan 9'uncu sıraya, hentbol 9'uncu sıradan 12'nci sıraya gerilemiştir. E-spor, Rafting, Geleneksel Türk Okçuluk, Kaykay, Kızak, Curling, Hava sporları ve Otomobil sporları, kadınlarımız tarafından en az tercih edilen spor dallarıdır. 2016 yılında 12'nci sırada olan jimnastik sporu, günümüzde 10'uncu sıraya yükselmiştir. Kick boks 2016 yılında 15'inci sıradayken, günümüzde 11'inci sıraya yükselmiştir. Taekwondo 3'üncü sırada, Karate 7'nci sırada, Kick Boks 11'inci sırada, Judo ise 15'inci sırada yer almaktadır. Boks, Wushu, Taekwondo, Karate, Kick Boks ve Judo'da kadın sporcu sayısı toplam sporcu sayısının % 20'sini oluşturmaktadır.

Sonuç: Türkiye'de takım sporları kadınlar tarafından daha az tercih edilmektedir. Kadın sporcuların savunma sporlarını tercih ettiklerini ve lisanslı sporcu sayısının 5'te birinin savunma sporları lisansına sahip olduklarını saptıyoruz. Son yıllarda Cimnastik ve Kick Boks sporuna talep artarken. Masa Tenisi ve Badminton'a olan ilgi daha da azalmıştır. Briç, Halter, Ragbi, Bilardo, Motosiklet, Triatlon ve Kürek sporları son 4 yılda sporcu sayıları açısından artış gösterse de, henüz istenilen düzeyde değildir. Voleybol, Jimnastik, Dans Sporları, Buz Pateni ve Binicilik Sporları Türkiye'de kadın sporcu sayılarının erkek sporcularından daha fazla olduğu spor dallarıdır.

EXAMINATION OF THE NUMBER OF FEMALE ATHLETES IN TURKEY BETWEEN 2011-2020

Introduction and Purpose: In Turkey, 68.6% of licensed athletes are male and 31.4% are female. The purpose of our study is to make evaluations based on the number of licensed female athletes in sports federations.

Method: In the study, to examine the number of licensed female athletes between 2011 and 2020, a descriptive analysis was conducted and the obtained data were calculated and interpreted by statistical methods.

Findings: While female basketball players ranked 6th in terms of the number of athletes in 2011, they have declined to 9th today. Since 2016, Chess, Volleyball, Taekwondo, Athletics, Folk Games, Swimming and Karate

are the top seven federations with the most female athletes. In 2011, volleyball ranked first in the number of licensed female athletes, while nowadays chess is preferred at the 1st place. Volleyball has fallen from 1st place to 2nd place, Basketball from 6th place to 9th place, and handball from 9th place to 12th place. E- sports, Rafting, Traditional Turkish Archery, Skateboarding, Sledding, Curling, Air Sports, and Automobile Sports are the least preferred sports by our women. Gymnastics, which ranked 12th in 2016, has risen to 10th today. While kickboxing ranked 15th in 2016, it has risen to 11th today. Taekwondo is ranked 3rd, Karate is ranked 7th, Kickboxing is ranked 11th, and Judo is ranked 15th. The number of female athletes in Boxing, Wushu, Taekwondo, Karate, Kick Boxing, and Judo branches accounts for 20% of the total number of athletes.

Conclusion: In Turkey, team sports are less preferred by women. We found that female athletes prefer martial arts and that one in 5 of the number of licensed athletes has a martial arts license. Moreover, Volleyball, Gymnastics, Dance Sports, Ice Skating, and Equestrian sports are sports branches where the number of female athletes is greater than that of male athletes in Turkey.

SB456

KİŞİSEL KÜLTÜREL DEĞERLER ÖLÇEĞİ: UYARLAMA ÇALIŞMASI*

[1]Nurşen ŞAHİN, [2]F. Pervin BİLİR

[1]Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı/ADANA
[2]Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü/ADANA

Email : *nurssahin2017@gmail.com, fatmapervinbilir@gmail.com*

Örgütsel kültürün ölçümü ile ilgili literatürde birçok ölçme aracı bulunmaktadır. Kültürün kavramsallaştırılmasında, uygulamaya yansıtılmasında ve sosyal bilimler ile kültürler arası çalışmalarda kullanılması ile baskın bir ölçme aracı olarak Hofstede'in örgütsel kültür boyutları karşımıza çıkmaktadır. Ulusal kültürün örgütler bağlamında kullanılan bu boyutları; kültürün kişisel düzeyde ölçümüne olanak sağlayacak bir ölçüm aracının (The Five-Dimensional Measure of Personal Cultural Values) oluşturulmasına da neden olmuştur. Bu çalışmada, Hofstede'nin kültürel boyutlarından yararlanarak Yoo, Donthu ve Lenartowicz (2011) tarafından geliştirilen Kişisel Kültürel Değerler Ölçeği'nin (KKDÖ) Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yükseköğretim kurumlarında çalışan akademik personelden kolayda örnekleme yolu ile seçilen (90'ı kadın, 183'ü erkek, 174'ü Beden Eğitimi ve Spor, 99'u diğer programlarda çalışan) 273 katılımcı, çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Toplam 26 madde ve 5 alt boyuttan oluşan ölçeğin; geçerlilik ve güvenirliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve iç tutarlılık katsayıları ile korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre; ölçeğin orjinal ölçekle uyumlu olduğu ve iç tutarlılık katsayılarının toplamda .81, alt boyutlar için; güç mesafesi .64, belirsizlikten kaçınma .73, topluculuk .81, erillik .74 ve uzun vadeli yönelimin ise .79 olduğu belirlenmiştir. Alt boyutlar arası korelasyonun da pozitif yönlü olduğu görülmüştür. Sonuç olarak uyarlanan ölçeğin, yükseköğretim kurumlarında çalışan akademik personelin kişisel kültürel değerlerinin ortaya konmasında geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik personel, beden eğitimi ve spor, Hofstede, kişisel kültürel değerler, örgütsel kültür.

*Bu çalışma, Nurşen ŞAHİN'in Doç. Dr. F. Pervin BİLİR danışmanlığında yürütülen doktora tezinden üretilmiştir.

PERSONAL CULTURAL VALUES SCALE: AN ADAPTATION STUDY*

There are many measurement tools in the literature related to the measurement of organizational culture. Hofstede's organizational culture dimensions appear as a dominant measurement tool with its use in conceptualizing culture, its reflecting into practice and in social sciences and intercultural studies. These dimensions of national culture used in the context of organizations have also led to the creation of a measurement tool (The Five-Dimensional Measure of Personal Cultural Values) that will allow the measurement of culture at a personal level. In this study, it is aimed to adapt Personal Cultural Values Scale (KKDÖ) to Turkish. The scale was developed by Yoo, Donthu and Lenartowicz (2011) using cultural dimensions of Hofstede. Concerning this purpose, 273 participants (90 women, 183 men, 174 Physical Education and Sports, 99 working in other programs) selected from academic staff working in higher education institutions through easy sampling composed of sample of the study. For validity and reliability of the scale, consists of 26 items and 5 sub-dimensions, confirmatory factor analysis was performed and internal consistency coefficients and correlation values were calculated. According to the analysis results, it was determined that the scale is compatible with the original scale and the internal consistency coefficients in total is .81 for sub- dimensions; power distance is .64,

uncertainty avoidance is.73, collectivism is .81, masculinity is .74 and long-term orientation is .79. It was also observed that the correlation between sub-dimensions was also positive. As a result, it can be said that the adapted scale is a valid and reliable measurement tool in revealing the personal cultural values of academic staff working in higher education institutions.

Key Words: Academic staff, physical education and sport, Hofstede, personal cultural values, organizational culture.

*This study has been produced from the doctoral thesis of Nurşen ŞAHİN conducted under the supervision of Assoc. Dr. F. Pervin BİLİR.

SB457

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN TARAFTARI OLDUKLARI FUTBOL TAKIMI İLE ÖZDEŞLEŞME DÜZEYLERİNİN HARCAMA EĞİLİMLERİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

[2]Ümit Doğan Üstün, [1]Kübra Oguz

[1]Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hatay
[2]Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Hatay

Email : *umit.dogan.ustun@gmail.com, kbroguz.96@gmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin taraftarı doldukları futbol takımı ile özdeşleşme düzeylerinin takımları için harcama eğilimleri açısından değerlendirilmesidir.

Yöntem: Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama araştırması deseni kullanılmış ve amaçsal örnekleme yöntemi ile seçilmiş 262 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veriler Google formlar ile online olarak toplanmıştır. Veriler Windows için SPSS 23 paket program ile çözümlenmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemlere ek olarak 95% güven aralığında Chi Square, ve Kruskall Wallis testleri kullanılmıştır.

Bulgular ve Sonuç: Tanımlayıcı istatistik sonuçlarına göre katılımcıların taraftarı oldukları futbol takımı ile özdeşleşme düzeyleri yüksektir. Chi Square analiz sonuçlarına göre katılımcıların özdeşleşme düzeyleri ile harcama eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. Kruskall Wallis test sonuçlarına göre de katılımcıların özdeşleşme düzeyleri harcama eğilimlerine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Sonuç olarak bu çalışma üniversite öğrencilerinin taraftarı oldukları futbol takımı ile özdeşleşme düzeylerine göre harcama eğiliminde olduklarını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Taraftar, Özdeşleşme, Futbol

ANALYZING UNIVERSITY STUDENTS' IDENTIFICATION LEVELS WITH THE FOOTBALL TEAMS THEY SUPPORT IN TERMS OF EXPENDITURE TENDENCIES

Introduction and Aim: The aim of this study was to evaluate the level of identification of university students with the football team they support in terms of expenditure tendencies related to their teams.

Material and Method: The study was designed as a cross-sectional descriptive quantitative study and 262 university students chosen with purposive sampling method participated in the study. The data were collected with Google forms as online. The data were evaluated with the SPSS for Windows 23 using Chi Square and Kruskall Wallis in addition to descriptive statistics.

Results and Conclusion: According to descriptive statistics results the identification levels of the participants were found to be high. Besides, Chi Square analyze results showed a significant correlation with identification level and expenditure tendencies of the participants. Lastly, Kruskall Wallis test results showed significant differences in the identification levels of the participants according to expenditure tendencies. As a conclusion this paper showed that university students have expenditure tendencies correlated with identification level with the football team they support.

Key Words: Sports, Fan, Identification, Football

SB469

SPOR YÖNETİCİLİĞİ ÖĞRENCİLERİNİN KARİYER STRESİ ILE KARAR VERME STİLLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

***[1]Elif Bozyiğit*, [2]Turgay Biçer**

[1]Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
[2]Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

***Email :** ebozyigit@pau.edu.tr, turgay@marmara.edu.tr*

Üniversite öğrencilerinin geleceklerini planlama aşamasında, kariyer belirleme süreçlerinde yaşadıkları düşünülen stres ve alacakları kararların önemli olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda, bu çalışma Spor Yöneticiliği öğrencilerinin kariyer stresi ve karar verme stilleri arasındaki ilişkileri araştırmak için yapılmıştır. Bu araştırmada nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmaya 34 kadın, 87 erkek, toplam 121 üniversite öğrencisi katılmıştır (YaşOrt 21.96±2.914). Araştırmada veri toplama araçları olarak kişisel bilgi formu, Choi ve arkadaşları (2011) tarafından geliştirilen ve Özden ve Sertel-Berk (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan "Kariyer Stresi Ölçeği-KSÖ" ve Deniz (2004) tarafından Türkçeye uyarlanan "Melbourne Karar Verme Ölçeği-II / MKVÖ-II" kullanılmıştır. Kariyer Stresi Ölçeği kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği, dışsal çatışma ve iş bulma baskısı olmak üzere üç boyut ve 20 maddeden oluşmaktadır. Karar verme stillerini belirleyen "Melbourne Karar Verme Ölçeği-II" 22 madde ve dikkatli, kaçıngan, erteleyici ve panik boyutları olmak üzere dört boyuttan oluşmaktadır. Bu araştırma için Cronbach alpha değerleri KSÖ için .916 ve MKVÖ-II için .723 olarak bulunmuştur. Verilerin analizi için uygun bir istatistik paket programı kullanılmış, tanımlayıcı istatistikler, normallik testleri yapılmış ve Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Öğrencilerin puan ortalamaları KSÖ boyutları için kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği 20.44, dışsal çatışma 8.12, iş bulma baskısı 15.50 ve MKVÖ-II boyutları için Dikkatli 9.24, Kaçıngan 3.38, Erteleyici 3.99 ve Panik karar verme için 3.79'dur. Sonuç olarak, spor yöneticiliği öğrencilerinin kariyer stresleri ile karar verme stilleri arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=.316$; $p<.01$). Ayrıca iki ölçme aracı boyutları arasında bazı boyutlar için pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuç öğrencilerin kariyer stres düzeyleri ile karar verme stillerine ilişkin puanların beraber arttığını ya da azaldığı göstermektedir.

Relationships Between Career Stress And Decision Making Styles Of Sports Management Students

It is thought that the stress that university students experience in their career determination processes and the decisions they will make are important in the planning phase of their future. In this direction, this study was conducted to investigate the relationships between career stress and decision-making styles of Sports Management students. Quantitative research methods were used in this study. A total of 121 university students participated in the study (female n=34, male n=87, MAge 21.96 ± 2.914). As data collection tools; Personal Information Form, the "Career Stress Inventory" (CSI) adapted into Turkish by Özden and Sertel-Berk (2017) and the "Melbourne Decision Making Questionnaire-II" (MDMQ-II) adapted into Turkish by Deniz (2004) were used. The CSI consists of 20 items and three dimensions: career ambiguity and lack of information, external conflict, and employment pressure. MDMQ-II, which determines the decision-making styles, consists of 22 items and four dimensions: vigilance, buck-passing, procrastination, hypervigilance. For this study, Cronbach alpha values were found as .916 for the CSI and .723 for the MDCQ-II. An appropriate statistical package program was used to analyze the data, descriptive statistics, normality tests were performed, and Pearson correlation coefficients were

calculated. The mean scores of the students, for the CSI dimensions were found career ambiguity and lack of information 20.44, external conflict 8.12, employment pressure 15.50, for the MDMQ-II dimensions were found vigilance 9.24, buck-passing 3.38, procrastination 3.99, hypervigilance 3.79. As a result, it was found that there is a moderate, positive and significant correlation between the career stresses of sports management students and their decision-making styles ($r=.316$; $p<.01$). In addition, positive and significant correlation was found for some dimensions between two measurement tool dimensions. This result shows that students' career stress levels and their scores on decision-making styles increase or decrease together.

SB472

TÜRKİYE'DE SPOR FEDERASAYONLARININ COVİD-19 PANDEMİ SÜRECİNDEKİ ÇALIŞMALARININ İNCELENMESİ

[1]Murat Koç, [1]Betül Coşkun, [1]Özge Macit

[1]Erciyes Üniversitesi, Kayseri

Email : *muratkoc@erciyes.edu.tr, betulcoskun@erciyes.edu.tr, ozgemacit@eriyes.edu.tr*

Giriş ve Amaç: COVID-19 virüsü, enfekte bir kişi öksürdüğünde veya hapşırdığında öncelikle tükürük damlacıkları veya burun akıntısı yoluyla yayılır. Dünya genelinde sağlık, ekonomi ve güvenlik alanlarında oldukça olumsuz etkilere neden olan COVID-19 spor kulüplerini ve spor federasyonlarını da olumsuz etkilemiştir. Saha içerisinde sporcuların, saha dışarısında taraftarların ayrıca diğer saha çalışanlarının birbirleriyle yakın teması bu virüsün kolayca yayılmasına neden olabildiğinden diğer tüm alanlarda olduğu gibi sağlık için yapılan rekreasoyenel faaliyetlerden yaz olimpiyatlarına kadar birçok faaliyetleri de olumsuz etkilemiştir. Bulaşıcılığa karşı çeşitli önlemler alınmasını gerekli kılmıştır. Bu çalışma, sporcular, spor elemanları, spor salonları ve sporla ilgili tüm alanlarda görev alan bireylerde Covid-19'un olası zararlarının en aza indirgenmesi için spor federasyonların pandemi sürecinde nasıl bir yol izlediklerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Türkiye'de faaliyet gösteren futbol, basketbol, voleybol ve hentbol takım sporları ile birlikte bireysel sporlarda lisanslı sporcu sayısının en çok olduğu boks, taekwon-do, karate, cimnastik, kickboks, atletizm, güreş ve yüzme federasyonları bu araştırma için seçilmiştir. Seçilmiş federasyonlarının resmi internet sitelerinde pandemi sürecinde salgını önlemek için alınan kararlar ve yayınlanan kamuoyu duyuruları incelenmiştir.

Bulgular: Gençlik Spor Bakanlığına bağlı spor federasyonlarının aktivite ve organizasyonları ertelenmiş ve faaliyetleri durdurulan tesislerden kira bedeli alınmamasına karar verilmiştir. Basketbol ve hentbol federasyonları ligleri sonlandırmış, hiçbir ligde şampiyon ilan etmeme kararı almışlardır. Herkes için Spor Federasyonu 'evde kal hareketsiz kalma' sloganı ile HİSapp uygulamasını ücretsiz olarak halkın hizmetine sunmuştur. Taekwando ve Karate Federasyonları online video yöntemi ile müsabakalar düzenlemiştir.

Sonuç: Spor federasyonları pandemi sürecinde sporcuların ve spor alanında görev yapan bireylerin sağlığını korumaya çalışırken, oluşabilecek ekonomik, sosyolojik, psikolojik zararı da minimum seviyede tutmak için salgına karşı pek çok önlemler almışlardır. Spor alanında istihdam edilenlerin ekonomik olarak desteklenmeye çalışılması, toplumun hizmetine sunulan ücretsiz eğitim videoları ve online yarışmaların düzenlenmesi bunlardan bazılarıdır.

AN INVESTIGATION OF ACTIVITIES OF SPORTS FEDERATIONS IN TURKEY DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Introduction and Purpose: The COVID-19 virus is spread primarily through saliva droplets or a runny nose when an infected person coughs or sneezes. COVID-19, which has many negative impacts on health, economy and security around the world, has also adversely affected sports clubs and sports federations. Since the close contact of the athletes on the field, the fans outside of the field and the other field workers with each other may cause this virus to spread easily, many activities from recreational activities for health to the summer Olympics have negatively affected as in all other areas. It has made it necessary to take various precautions against Covid-

19's contagion. This study was carried out to determine how sports federations follow the pandemic process in order to minimize the possible damages of Covid-19 in athletes, sports personnel, sports centers and individuals working in all fields related to sports.

Method: Football, basketball, volleyball and handball team sports federations as well as boxing, taekwon-do, karate, gymnastics, kickboxing, track and field, wrestling and swimming federations with the highest number of licensed athletes in individual sports were selected for this study. The decisions taken to prevent the epidemic during the pandemic process and the public announcements published on the official websites of these federations were examined.

Results: Turkish Republic Ministry of Youth and Sport has decided that the organizations of the sports federations have been postponed and their activities have been suspended and the closed sports facilities will not be charged for rent. Basketball and Handball federations ended the leagues and decided not to declare champions in any league. The Sports for Everyone Federation has offered the HİSapp application free of charge to the public with the slogan "stay at home, don't stand inactive". Taekwando and Karate Federations have organized competitions with online video.

SB478

ELEKTRONİK SPORCULARIN KARİYER SORUNLARINI ARAŞTIRMAYA YÖNELİK BİR ARAŞTIRMA: PİLOT UYGULAMASI

***[1]Muhammed Canpolat*, [2]Melih Öztop**

[1]Gaziantep Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi
[2]Gaziantep Üniversitesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı

***Email :** muhammedcnp@gmail.com*

Yirmi birinci yüzyılda internetin gelişimi ve ulaşılabilirliği dijital oyunları seyir sporu haline getirmektedir. Elektronik sporlarda yaşanan ekonomik ivmelenme bu alanda kariyer yapmayı mümkün kılmaktadır. Türkiye'de elektronik sporlarda profesyonellik kavramının terminolojik olarak henüz nitelikli yer edinemediğini söylemek mümkündür. Bu çalışmanın amacı elektronik sporcuların kariyer sorunlarını araştırmaya yönelik pilot uygulaması yapılarak oluşturulan görüşme formunun hazırlanma aşamalarını açıklamaktır. Araştırmamızda nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik desen tercih edilerek farkında olunan problemin ayrıntılı şekilde incelenmesine olanak sağlamak amaçlanmıştır. Fenomeni daha iyi sorgulamak adına görüşme formu maddelerinin son halini alana kadar elektronik sporla ilgilenen kişilerle ön görüşmeler yapılmış ve uzmanlar tarafından incelenmiştir. Görüşme sorularının netliği ve alınan cevapların anlaşılırlığını artırmak için araştırmacı tarafından oyunlara katılım sağlanarak oyun kültürü ve oyuncular arasındaki iletişim gözlemlenmiştir. Pilot çalışmanın araştırma grubunu 2'si profesyonel 1'i amatör 3 elektronik sporcu oluşturmaktadır. Alanda 2 uzmandan sıklıkla geri dönütler alınarak görüşme formu son haline getirilmiştir. E-sporcuların kariyer sürecini detaylı inceleyebilmek adına öncelikle literatür taranmış, görüşme sorularının uygunluğu uzmanlar eşliğinde yarı-yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Görüşme soruları ilk olarak 8 boyutta ele alınmıştır. Ön görüşmeler sonunda sorulara; ayrıntı, açıklama ve aydınlatma basamaklarına uygun olacak şekilde sondalar eklenmiştir. Ön görüşmeler sonucunda 8 boyut yetersiz görülerek 5 farklı boyut daha eklenmiştir. Problemin derinlemesine incelenmesi için açık uçlu sorulara yer verilerek akademik ve anlaşılması güç ifadeler formdan çıkarılmıştır. Görüşme sorularının düzenlenme aşamasında örnek olarak: ekonomik yetkinliği netleştirebilmek adına demografik özelliklere "Aylık geliriniz" maddesi eklenmiştir. Elektronik sporların "Pandemi" sürecinde bireylerin eğlence ihtiyacını karşılayabilme potansiyeli göz önüne alınarak görüşme sorularına "Covid19 sürecinin E-spor dünyasına etkisini" araştırmaya yönelik maddeler eklenmiştir. Katılımcıların dijital ortamda geçirdikleri süre dikkate alınarak "E-sporcuların dijital obezite ve çağın tüketim alışkanlıklarına yönelik algısı" maddesi eklenmiştir. Görüşme soruları pilot uygulamadan çıkan geri dönütlerin analiz edilmesinden sonra uzmanlar eşliğinde 8 kez revize edilmiştir. Yapılan düzenlemeler sonucunda görüşme formu 13 boyut olmak üzere son halini almıştır.

*Bu çalışma Gaziantep Üniversitesi'nde devam etmekte olan yüksek lisans tezimin bir bölümünden oluşmaktadır.

INVESTIGATION OF THE CAREER PROBLEMS OF ELECTRONIC ATHLETES: THE PILOT STUDY

The development and accessibility of the internet makes digital games a cruising sport in the twenty-first century. The economic acceleration experienced in electronic sports makes it possible to make a career in this field. It is possible to say that the concept of professionalism in electronic sports has not yet acquired a qualified place terminologically in Turkey. The aim of this study is to explain the preparation stages of the interview form created by piloting to investigate the career problems of electronic athletes. In our study, it was aimed to provide a

detailed examination of the problem recognized by choosing the phenomenological design throughout qualitative research methods. In order to investigate the phenomenon deeply preliminary interviews were conducted with people who are interested in electronic sports. Interview form was criticized and examined until the finalised original form. In order to increase the clarity of the interview questions and the comprehensibility of the answers, the researcher observed the game culture and esport players communication skills anonymously as a participant observer. The research group of the pilot study consists of 3 electronic athletes included 2 professional and 1 amateur. The interview form was finalized by receiving frequent feedback from 2 experts in the field. In order to examine the career process of e-athletes in detail, the literature was first scanned and a semi-structured interview form was prepared by experts on the suitability of interview questions. Interview questions were first addressed in 8 dimensions initially. At the end of the preliminary interviews probes have been added to questions in accordance with detail, explanation and lighting steps. As a result of the preliminary interviews 5 different dimensions were added since 8 dimensions were deemed insufficient. Academic and incomprehensible expressions have been removed from the form by providing open-ended questions for an in-depth study of the problem. As an example at the stage of editing the interview questions: "Your monthly income" item has been added to demographic features in order to clarify economic competence. Considering the potential of electronic sports to meet the entertainment needs of individuals during the "Pandemic" process, new items related with "effect of the Covid19 process on the E-sports world" were added to the interview questions. Besides, “Perception of e-athletes towards digital obesity and consumption habits of the age” was added in view of fact that duration of participants in the digital environment. The interview questions were revised 8 times in the presence of experts in the light of the feedbacks of pilot study. As a result of the arrangements the interview form was finalized in 13 dimensions. *This study consists of a part of my ongoing master thesis at Gaziantep University.

SB486

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİ DEĞERLENDİRME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

***[1]Gamze DURMUŞ*, [2]Pınar KARACAN DOĞAN**

[1]Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara Türkiye
[2]Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara Türkiye

***Email :** gamzeakca6706@gmail.com, pinarkaracan@gmail.com*

Bu araştırmada spor bilimleri fakültesinde antrenörlük eğitimi, beden eğitim ve spor öğretmenliği, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirme düzeylerini incelemek ve bazı demografik özelliklerine göre iletişim becerilerini değerlendirme düzeyleri arasında farklılık olup olmadığını ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Bu amaç bağlamında yapılan araştırma tarama modeli niteliğindedir. Araştırma kapsamında öğrencilerin iletişim becerileri değerlendirme düzeylerini tespit etmek için Korkut (1996) tarafından geliştirilen "İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 5'li likert şeklinde tasarlanmış 25 madden oluşmaktadır. Ölçek tek boyutlu olarak tanımlanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test yöntemine dayalı güvenirlik katsayısı 0,76 ve Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,80 olarak hesaplanmıştır. Veri toplama aracında aynı zamanda öğrencilerin cinsiyet, bölüm, sınıf ve okula giriş türü olmak üzere toplam dört maddeden oluşan kişisel bilgi formu bulunmaktadır. Araştırma kapsamında öğrencilerden toplanan veriler SPSS-25 programı ile analiz edilmiştir. Araştırmaya katılan 111 (%37,1) kız öğrenci ve 188 (%62,9) erkek öğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin iletişim becerileri değerlendirme düzeylerine ilişkin dağılımın Kolmogorov-Smirnov Z istatistiği incelendiğinde normal dağıldığı ve test varyanslarının homojen olduğu görülmektedir. Öğrencilerin iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri incelendiğinde yüksek düzeyde iletişim becerisine sahip oldukları şeklinde değerlendirmişlerdir. Öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi, bölüm ve okula giriş türü değişkenlerine göre iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Kız öğrencilerin iletişim becerilerinin değerlendirme düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sınıf düzeylerine göre iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin okula giriş türüne göre iletişim becerileri değerlendirme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Kız öğrenciler erkek öğrencilere kendilerinin iletişim becerilerinin daha yüksek olduğu şeklinde değerlendirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: İletişim becerisi, Spor bilimleri, Öğrenci, Değerlendirme ölçeği

AN INVESTIGATION OF EFFECTIVE COMMUNICATION SKILLS OF STUDENTS AT FACULTIES OF SPORT SCIENCES IN TERMS OF SOME VARIABLES

In this study, it was aimed to examine the communication skills assessment levels of students studying in the departments of coaching education, physical education and sports teaching, sports management and recreation in the faculty of sports sciences and to reveal whether there is a difference between the levels of assessment of communication skills according to some demographic characteristics. The research conducted in the context of this purpose is a scanning model. Within the scope of the research, "Communication Skills Evaluation Scale" developed by Korkut (1996) was used to determine the communication skills assessment levels of the students.

The scale consists of 25 items designed as a 5-point Likert. The scale is defined as one-dimensional. The reliability coefficient of the scale based on the test-retest method was calculated as 0.76 and the Cronbach Alpha reliability coefficient as 0.80. In the data collection tool, there is also a personal information form consisting of four items: gender, department, class, and school entry type. The data collected from the students within the scope of the research were analyzed with the SPSS-25 program. There are 111 (37.1%) female students and 188 (62.9%) male students participating in the study. When the Kolmogorov-Smirnov Z statistic of the distribution of the communication skills assessment levels of students is examined, it is seen that it is normally distributed, and the test variances are homogeneous. When the communication skills assessment levels of the students were examined, they evaluated it as having a high level of communication skills. It was examined whether there is a difference between the communication skills assessment levels of the students according to the variables of gender, grade level, department and school entry type. It is seen that there is a significant difference between the communication skills assessment levels of the students according to their gender. It is concluded that the assessment levels of the communication skills of female students are higher. It is seen that there is no significant difference between the communication skills assessment levels of the students according to the departments they study. It is seen that there is no significant difference between the communication skills assessment levels of the students according to their grade levels. It is seen that there is no significant difference between the communication skills assessment levels of the students according to the type of school entrance. It was concluded that female students evaluated male students as having higher communication skills.

Keywords: Communication skills, Sports sciences, Student, Evaluation scale

SB492

BASKETBOL HAKEMLERİNİ STRESE İTEN FAKTÖRLER VE İŞ PERFORMANSI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

[1]Selçuk Bora Çavuşoğlu, [1]Fatma Öztürk, [1]Cemal Güler, [1]Ataman Tükenmez, [1]Bülent Duran

[1]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

Email : *boracavusoglu@windowslive.com, fatos_ozturk12@hotmail.com, cemal.guler95@gmail.com, atamantukenmez@gmail.com, bulentduran@hotmail.com*

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, Türkiye Basketbol Federasyonu'nun düzenlediği müsabakalarda görev alan basketbol orta hakemlerinin strese iten faktörler ve iş performansı ilişkisinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışma evrenini basketbol hakemleri oluştururken örneklem grubunu uygun örnekleme yöntemiyle seçilen İstanbul ilinde yer alan basketbol orta hakemleri oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formunun yanında, basketbol hakemlerine uyarlanan Chang ve Chang'ın (2007) iş tatmini ölçeği (10 madde) ve Koca ve Yıldız (2018) tarafından futbol hakemlerine yönelik geliştirilen ve basketbol hakemlerine uyarlanan basketbol hakemlerini strese iten faktörler ölçeği (14 madde) ve iş performansı ölçeği (7 madde) kullanılmıştır. Verilerin analizinde kişisel bilgilerin dağılımı belirlemek amacıyla yüzde ve frekans tanımlayıcı istatistik yöntemleri, normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermediği sonucuna ulaşılmış ve non- parametrik testlerden Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri yapılmıştır.

Bulgular: Analiz sonuçlarına göre, medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılık belirlenemezken, cinsiyet, eğitim, meslek, yaş, hakemlik süresi ve klasman durumlarına göre anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmaktadır.

Sonuç: Sonuç olarak basketbol hakemlerini strese iten faktörler ve iş performansı ilişkilerinin belirlenmesinde demografik özelliklere göre farklılıklar gösterebilmektedir.

AN INVESTIGATION OF RELATIONSHIPS AMONG STRESS RESOURCES OF BASKETBALL REFEREES, JOB SATISFACTION AND JOB PERFORMANCE

Introduction and Purpose: The aim of this study is Turkey involved in competitions organized by the Basketball Federation basketball referee to examine the stress of the push factors and business performance relationship.

Method: While basketball referees constitute the population of the study, the sample group consists of basketball referees from the city of Istanbul, who are selected with the appropriate sampling method. In addition to the demographic information form as a data collection tool, the job satisfaction scale of Chang and Chang (2007) adapted to basketball referees (10 items) and the factors that stress basketball referees developed by Koca and Yıldız (2018) for football referees and adapted to basketball referees. (14 items) and job performance scale (7 items) were used. In the analysis of the data, percentage and frequency descriptive statistical methods were checked to determine the distribution of personal information, and the skewness and kurtosis values were checked to determine whether they showed normal distribution.

Finding: According to the analysis results, while no significant difference can be determined according to the marital status variable, it appears that there is a significant difference according to gender, education, profession, age, refereeing period and classification status.

Result: As a result, there may be differences according to demographic characteristics in determining the stress factors and job performance relationships of basketball referees.

www.sbk2020.org